



UNIL | Université de Lausanne
Faculté des Sciences Sociales et Politiques
Institut de Psychologie

Session de juin 2015

Transition école-travail et consommation d'alcool: enquête auprès d'adolescents en mesures de transition

School-to-work transition and alcohol consumption:
A survey among teenagers engaged in transition measures

Mémoire de Master ès sciences en psychologie
Psychologie du conseil et de l'orientation

Présenté par Amélie Ballif
Directeur: Koorosh Massoudi
Expert: Louis Staffoni

Résumé: Dans un contexte socio-économique où le choix et la formation professionnels sont jugés comme primordiaux suite à l'école obligatoire, comment les jeunes vivent-ils la transition école-travail? L'objectif de la présente recherche est de découvrir si cette transition peut être une source de stress qui conduirait les jeunes effectuant une année dans une mesure de transition à consommer de l'alcool pour pallier à ce stress. L'étude s'inscrit dans l'approche transactionnelle du stress développée par Lazarus et Folkman (1984). Nous cherchons à savoir si certaines caractéristiques environnementales et individuelles comme le locus of control, l'anxiété face à l'avenir professionnel et l'indécision vocationnelle peuvent influencer le stress perçu. Nous nous demandons si le stress ressenti peut conduire à la détresse psychologique et dans quelle mesure le soutien social peut moduler ce lien. Finalement, nous cherchons à savoir si la détresse psychologique peut conduire à une consommation d'alcool problématique. 341 jeunes inscrits dans différentes mesures de transition du canton de Vaud et Fribourg ont participé à l'étude en répondant à un questionnaire. Les résultats nous permettent de valider notre modèle théorique dans ses grandes lignes. Il ressort que ces jeunes sont stressés et qu'une part importante de ce stress peut être expliquée par l'anxiété face à l'avenir professionnel, l'indécision vocationnelle et dans une moindre mesure le locus of control externe. Le stress conduit à la détresse psychologique de manière importante, mais la présence de soutien de la part de professionnels, comme les enseignants et les psychologues conseillers en orientation, réduit l'impact du stress sur la détresse psychologique. Cependant, ces jeunes utilisent peu l'alcool comme moyen de coping pour pallier à leur stress, même s'ils en consomment en quantité importante. En effet, les raisons de la consommation d'alcool sont principalement des raisons sociales et de *enhancement*, ce qui ne représente pas directement une consommation problématique. Nous avons également comparé les réponses des individus selon leurs caractéristiques sociodémographiques et il se trouve que les filles, les migrants, les adolescents les plus âgés et les jeunes vivant uniquement avec leur mère semblent être les plus vulnérables.

Abstract: In a socioeconomic context where vocational choice and vocational training are judged as essentials after compulsory education, how do young people live school-to-work transition? The aim of this research is to find out if this transition can represent a stressor which can lead young people engaged in transition measures to drink alcohol to cope with their stress. The transactional model of stress developed by Lazarus & Folkman (1984) has been chosen as theoretical frame for this study. We try to find out if environmental and

personal characteristics such as locus of control, anxiety of professional world and vocational indecision can contribute to stress. We wonder if the stress can lead to psychological distress and to what extent social support can modulate this link. Finally, we try to discover if psychological distress can lead to problematic alcohol consumption. 341 young people engaged in different transition measures filled our questionnaire. The results allow us to globally validate our theoretical model. These teenagers feel stressed and an important part of this stress can be explained by anxiety of professional world, vocational indecision and to a lesser extent by an external locus of control. This stress drives to psychological distress, but social support from professionals, like teachers and psychologists in guidance counseling can reduce this link. However, these young people do not use alcohol to cope with their stress, even if they drink it in an important quantity. Indeed, the main reasons of alcohol consumption are social and enhancement reasons, which does not directly represent a problematic consumption. We also compared answers of participants according to their socio-demographic characteristics and it turns out that girls, migrants, oldest teenagers and young people living only with their mother seem to be the most vulnerable.

Remerciements

Je remercie M. Sandro Trivilino, adjoint de direction de l'OPTI et M. Blaise Curtenaz, responsable du SEMO Reper, pour avoir accepté avec gentillesse et intérêt que je fasse passer mes questionnaires dans leurs établissements. Je remercie également, Mme Carole Friedrich, M. Gaëtan Drezen, M. Robert Ayala ainsi que toute l'équipe des enseignants des sites OPTI de Vevey, Bussigny et Payerne pour leur chaleureux accueil et le temps qu'ils ont consacré à mon étude. Un énorme merci également à tous les élèves et préapprentis qui ont participé à ma recherche pour leur indispensable collaboration.

J'adresse ma grande reconnaissance à M. Louis Staffoni, directeur du COFoP, qui m'a lui aussi très volontiers autorisée à faire passer mes questionnaires dans son établissement et qui a immédiatement accepté le rôle d'expert pour ce mémoire dès que je le lui ai demandé. Un grand merci aussi à mes collègues et à mes maîtresses de stage du COFoP pour leur soutien et leur souplesse dans l'organisation des passations de mon questionnaire.

Finalement, je remercie le Dr. Koorosh Massoudi, directeur de mon mémoire, pour ses précieux conseils et ses remarques pertinentes qui m'ont guidée dans la réalisation de ce travail.

Table des matières

Chapitre 1: Introduction théorique	6
1.1 Contexte social	6
1.1.1 Contexte social suisse	8
1.2 Le stress	9
1.2.1 Apparition du concept	9
1.2.2 Différentes conceptions du stress	10
1.3 Le coping	13
1.4 Le locus of control	14
1.4.1 Définition du concept	14
1.4.2 Influences du locus of control	16
1.5 L'anxiété face à l'avenir professionnel	18
1.6 L'Indécision vocationnelle	19
1.6.1 Différentes approches de l'indécision vocationnelle	20
1.6.2 Importance du choix d'une profession	21
1.7 Le stress, le soutien social et la détresse psychologique	22
1.7.1 Le rôle du soutien social	22
1.7.2 Qu'est-ce que la détresse psychologique?	23
1.7.3 Liens entre stress, soutien social et détresse psychologique	24
1.8 La consommation d'alcool	25
1.8.1 Pourquoi les adolescents consomment-ils de l'alcool?	26
1.8.2 Quand la consommation devient-elle problématique?	28
1.8.3 Détresse psychologique, coping et alcool	29
1.9 Hypothèses	31
Chapitre 2: Méthode	34
2.1 Conditions de l'enquête	34
2.2 Description de l'échantillon	35
2.2.1 Sexe	35
2.2.2 Âge	35
2.2.3 Nationalité, langue parlée à la maison et lieu de naissance	35
2.2.4 Situation familiale et économique	36
2.3 Instruments	37
2.3.1 Les variables sociodémographiques	38
2.3.2 Le locus of control	38
2.3.3 Le stress	39
2.3.4 L'anxiété face à l'avenir professionnel	39
2.3.5 L'indécision vocationnelle	40
2.3.6 Le soutien social	40
2.3.7 La détresse psychologique	41
2.3.8 La consommation d'alcool	41
Chapitre 3: Analyse des résultats.....	43
3.1. Validité interne des instruments et tendances générales des réponses	43
3.1.1 Le locus of control	43
3.1.2 Le stress	44
3.1.3 L'anxiété face à l'avenir professionnel	44
3.1.4 L'indécision vocationnelle	44
3.1.5 L'entourage	45
3.1.6 La détresse psychologique	46
3.1.7 La consommation d'alcool	47

3.2 Comparaisons entre les groupes	48
3.2.1 Comparaisons selon le sexe	48
3.2.2 Comparaisons selon l'âge	50
3.2.3 Comparaisons selon la nationalité, la langue et le lieu de naissance.....	51
3.2.4 Comparaisons selon la situation familiale	53
3.2.5 Comparaisons selon la situation économique.....	54
3.2.6 Comparaisons selon la classe	54
3.3 Liens entre les variables	55
3.3.1 Liens entre locus of control, stress, anxiété face à l'avenir professionnel et indécision vocationnelle	56
3.3.2 Liens entre stress, détresse psychologique et soutien social	65
3.3.3 Liens entre détresse psychologique, consommation problématique d'alcool et raisons de la consommation d'alcool.....	69
3.4 Une simplification du modèle est-elle possible?	72
Chapitre 4: Discussion	74
4.1 Commentaires sur les tendances générales des réponses	74
4.2 Comparaisons entre les groupes	75
4.2.1 Comparaisons selon le sexe	75
4.2.2 Comparaisons selon l'âge	76
4.2.3 Comparaisons selon la nationalité, la langue et le lieu de naissance.....	77
4.2.4 Comparaisons selon la situation familiale	80
4.2.5 Comparaisons selon la situation économique.....	81
4.2.6 Comparaisons selon la classe	82
4.3 Liens entre les variables	82
4.3.1 Liens entre locus of control, stress, anxiété face à l'avenir professionnel et indécision vocationnelle.	82
4.3.2 Liens entre stress, détresse psychologique et soutien social	85
4.3.3 Liens entre détresse psychologique, consommation problématique d'alcool et raisons de la consommation d'alcool.....	86
4.3.4 Discussion autour de la possibilité de simplifier le modèle	88
4.4 Limites	88
4.4.1 Limites liées au questionnaire	88
4.4.2 Limites liées à la problématique étudiée	90
Chapitre 5: Conclusion	92
Chapitre 6: Bibliographie	94
Chapitre 7: Annexes	100
7.1 Annexe 1.....	100

Chapitre 1: Introduction théorique

À l'heure actuelle, le travail occupe une place centrale dans l'organisation de la société et dans la vie des hommes et des femmes. Le travail n'est pas uniquement une source de revenus, mais il comporte aussi des fonctions psychosociales importantes. Il permet notamment aux individus d'exercer une activité structurée par un cadre temporel, de démontrer leurs compétences, de coopérer et d'avoir des contacts sociaux, d'être reconnus socialement et de développer leur identité personnelle (Semmer et Udris, 2004). Une étude de Garner et Méda (2006) révèle que 54% des personnes actives en France citent leur travail ou leurs études au moins une fois dans les trois premiers composants de leur identité. Choisir une profession, entrer sur le marché du travail et anticiper son avenir professionnel sont des éléments pouvant engendrer un stress important de par l'enjeu que cela comporte (Germeijs et De Boeck, 2002). Ce stress serait d'autant plus présent chez les jeunes en mesures de transition¹ entre l'école obligatoire et le monde professionnel. En effet, les difficultés scolaires, comportementales et/ou socio-économiques auxquelles se trouvent bien souvent confrontés ces jeunes ne favorisent pas leur entrée sur le marché du travail. Dans cette recherche, nous cherchons donc à savoir si ces adolescents seraient tentés de consommer de l'alcool, substance très populaire chez les jeunes d'aujourd'hui, pour pallier à ce stress et à ses conséquences.

Dans la première partie de ce travail, il s'agira tout d'abord de présenter le contexte social contribuant au développement du stress lié à la transition école-travail ainsi qu'une revue de la littérature exposant l'état de la recherche actuelle dans le domaine qui nous intéresse.

1.1 Contexte social

Guichard et Huteau (2006) définissent quatre cadres idéologiques généraux jouant un rôle déterminant dans notre conception actuelle des pratiques en orientation. Ceux-ci étant le reflet de la société actuelle et de sa conception du travail et du choix professionnel, il me paraît intéressant de les exposer ici afin de mieux saisir le contexte social dans lequel les jeunes sont amenés à prendre des décisions pour leur future carrière.

¹ Pour la définition d'une mesure de transition, voir début du chapitre 2.1 *conditions de l'enquête* p.34 du présent document.

Le premier cadre idéologique est la centration sur l'individu. C'est-à-dire que l'on ne se centre plus sur la satisfaction des besoins de la société par le travail de ses membres comme le préconisaient Toulouse (1903) et Binet (1908) (cités par Guichard et Huteau, 2006), mais sur la satisfaction individuelle des besoins du travailleur. Deuxièmement, on tend actuellement à considérer l'individu comme autonome, responsable et capable d'indépendance. Le développement personnel est devenu une règle morale qui pourrait s'énoncer comme suit: *Construis-toi toi-même*. Ensuite, nous considérons que l'engagement dans une activité professionnelle est une occasion de se construire soi-même et de se réaliser. Selon Clot (1999, cité par Guichard et Huteau), c'est précisément parce que le travail peut être choisi et non plus contraint (comme dans les sociétés rurales où le fils succède à son père) et parce qu'il s'effectue en parallèle à des activités familiales, de loisirs, de culture...etc. qu'il tient aujourd'hui une place centrale dans l'existence et la réalisation de chacun. Finalement, notre manière d'aborder les questions d'orientation est relative à notre capacité à anticiper l'avenir. On l'imagine incertain et instable. Actuellement, les individus sont confrontés à des ruptures imprévisibles dans leur vie professionnelle et à de nombreux changements. Il devient de plus en plus difficile de construire des projets à long terme. L'incertitude a même été présentée comme une des caractéristiques majeures du XXe siècle. Elle est une caractéristique générale de la modernité. Le travailleur est tenu pour responsable de sa situation professionnelle et dans un monde du travail aussi incertain que celui que nous connaissons actuellement, il est amené à prendre des décisions sans pouvoir en anticiper les conséquences futures (Dosnon, 2001). Paradoxalement, notre société en est arrivée à ce que Boutinet (1993) nomme *une culture de projets*. C'est-à-dire que nous, parents, enseignants, conseillers en orientation...etc., poussons les jeunes à élaborer un projet professionnel, sans se soucier de leur désir de le faire. Le projet ne découle plus de la propre volonté du jeune, mais il est commandé de l'extérieur. En France, *le projet personnel de l'élève* est une obligation juridique. Comme le dit Boivin (2003), on insiste tellement sur la nécessité d'avoir un diplôme pour réussir sa vie professionnelle, que les parents eux-mêmes se sentent évalués par le diplôme de leur enfant.

En résumé, devoir effectuer un choix de formation optimal et considéré comme primordial et irrémédiable par les adultes (Massoudi, 2009) dans un contexte incertain peut représenter une source de stress, surtout auprès de populations fragilisées comme on en trouve dans les mesures de transition. En outre, la nécessité de se réaliser à travers son travail accentue cette pression.

1.1.1 Contexte social suisse

Il y a une dizaine d'années, un nouvel âge de la vie situé entre l'adolescence et l'âge adulte est né; l'adulte en émergence. Ce qui signifie que la période d'adolescence est devenue plus longue et que l'âge adulte est atteint plus tardivement. L'âge adulte en émergence serait l'âge de l'exploration identitaire, de l'instabilité, des conduites à risques et des expériences. C'est également l'âge du souci de soi, du sentiment d'entre-deux, de tous les possibles, celui de l'espoir (Arnett, 2006). Comme l'a écrit Erikson (1972/2011), la société offre aux adolescents une période de moratoire durant laquelle ils peuvent expérimenter sans qu'on leur confie des responsabilités. Paradoxalement, le système éducatif suisse est constitué de telle manière que le choix professionnel des élèves s'effectue pendant cette période. En effet, le système d'apprentissage d'une profession spécifique directement après l'école obligatoire est chose courante en Suisse. Cela représente 80'000 jeunes par années (Egger, Deher & Partner AG, 2007). L'apprentissage est très valorisé sur le marché du travail et permet à la Suisse de maintenir sa grande compétitivité économique sur le marché européen (Strahm, 2010). Cependant, cela contraint les adolescents à effectuer un choix professionnel précis à environ 14 ou 15 ans, puisque la plupart des élèves terminent leur scolarité obligatoire à 15 ou 16 ans. Dans quasiment tous les autres pays occidentaux, cette décision se prend plusieurs années plus tard. Ce choix précoce contribue à notre sens à rendre la transition école-travail comme plus difficile et plus stressante. L'augmentation de l'interruption des contrats d'apprentissage durant les premiers mois de formation et l'augmentation du nombre de jeunes effectuant une année de transition suite à l'école obligatoire le prouvent (Egger, Deher & Partner AG).

De plus, la Confédération suisse désire qu'en 2015, 95% de la population suisse de moins de 25 ans possède un certificat du secondaire II (Certificat Fédéral de Capacité, Attestation de Formation Professionnelle ou Maturité Fédérale) (Wolter, 2014). En effet, psychologues conseillers en orientation et enseignants ont comme mission d'atteindre cette statistique et se voient contraints à pousser les jeunes dans l'élaboration d'un projet professionnel afin de les insérer rapidement sur le marché de l'emploi. Cela ne fait qu'augmenter la pression mise sur les épaules des écoliers d'autant plus que de moins en moins d'entreprises sont formatrices et qu'il est donc plus difficile de trouver une place d'apprentissage. En effet, 25% des entreprises suisses étaient formatrices en 1985 et seulement 18% en 2003 (M. Chassot, communication personnelle, avril 2014). En outre, les exigences pour la réussite d'un certificat fédéral de capacités ayant été considérablement

revues à la hausse depuis plusieurs années, les formateurs sont de plus en plus pointilleux dans le choix de leurs apprentis (Giroud, 2015).

En conclusion, nous pouvons dire qu'il est de plus en plus difficile de commencer un apprentissage en Suisse, mais de plus en plus nécessaire d'avoir une bonne formation pour s'assurer un avenir professionnel. Il est donc imaginable qu'un stress non dénué de conséquences fâcheuses puisse survenir au moment de la transition entre l'école obligatoire et le monde professionnel.

1.2 Le stress

1.2.1 Apparition du concept

Le stress existe depuis toujours: nos ancêtres devaient supporter des contraintes, subir des agressions et vivre dans des environnements menaçants, liés à leurs conditions de vie qui comprenaient guerres, famines, épidémies...etc. Cependant, le mot *stress* comme il est utilisé actuellement est à mettre en relation avec nos modes de vie contemporains. En effet, nous sommes face à une complexification de nos existences (nous devons maîtriser énormément d'informations) et de nos environnements (nous évoluons dans un environnement où l'on est sans cesse stimulés). De plus, nous avons le sentiment de maîtriser de moins en moins notre environnement ce qui accroît notre niveau de stress (Fischer, 2002). Depuis une trentaine d'années, le terme stress est entré dans le langage populaire. Les changements et les exigences de la société notamment au niveau de la sphère professionnelle contribuent largement à l'apparition du stress comme une expérience familière pour tout un chacun. Malgré le passage de ce terme dans le langage courant, sa conception scientifique reste encore floue et controversée, de sorte qu'il en existe une multitude de définitions (Massoudi, 2009).

Si le stress est aujourd'hui encore tellement étudié, malgré les controverses subsistant autour du concept, c'est nécessairement à cause des coûts humains et sociaux qu'il engendre. En effet, le stress aurait un rôle à jouer dans l'apparition de troubles de la fonction digestive, de troubles du système immunitaire, de maladies coronariennes et cardio-vasculaires, de troubles du système neuroendocrinien ou encore de la dépression nerveuse. En outre, le stress serait à l'origine de millions d'heures de travail perdues chaque année en Europe à cause de l'absentéisme que les troubles qu'il engendre causent (Fischer, 2002). Beaucoup d'auteurs ont

étudié le stress au travail et son effet sur la santé psychique. Le nombre de travailleurs souffrant de burn-out, épuisement général dû à une surcharge de travail (Maslach, Schaufeli et Leiter, 2001) ne cesse d'augmenter en Suisse (Vasey, 2013). La tension au travail a aussi pu être mise en lien avec la dépression (Niedhamer, Goldberg, Leclerc, Bugel et David, 1998), l'anxiété (Warr, 1992), la détresse psychologique (Bourdonnais, Brisson, Vézina et Moisan, 1996), ou encore les comportements d'abus de substance (Storr, Trinkoff et Anthony, 1999) (auteurs cités par Massoudi, 2009). Bien que cette étude s'intéresse également au lien entre le stress, l'anxiété, la détresse psychologique et l'abus de substance, il est important de préciser que nous ne traitons pas ici du stress ou de la surcharge au travail, qui est un type de stress bien particulier, mais plus du stress lié au choix et à l'avenir professionnels.

Au 18^e siècle, le terme stress était utilisé en physique à la fois pour indiquer une force ou une pression s'exerçant sur un objet et la résistance de cet objet à la pression. Le terme *strain* faisait référence à la déformation subie par l'objet. Les sciences humaines ont emprunté ce modèle par analogie pour étudier les pressions extérieures s'exerçant sur les êtres humains (Hinkle, 1973, cité par Massoudi). Seul le terme de stress est resté dans le langage courant, ce qui fait qu'il désigne à la fois l'agent du stress, que l'on appelle aussi *stresseur*, et la conséquence de ce stresseur.

1.2.2 Différentes conceptions du stress

Il existe plusieurs conceptions du stress et nous pouvons les classer selon trois catégories communément acceptées; l'approche physiologique, l'approche causaliste et l'approche psychologique (Massoudi, 2009).

L'approche physiologique considère le stress comme la réaction à des variables environnementales: les stresseurs. La première théorie de ce courant a été exposée par Cannon (1922). Selon lui, l'organisme est très intolérant au changement et il essaie toujours de maintenir l'homéostasie. Un évènement stressant va agir comme perturbateur de cette homéostasie et le corps va lutter pour la rétablir. Cependant, cette lutte est éprouvante pour l'organisme et peut entraîner à terme une plus grande vulnérabilité et des conséquences pour la santé physique et psychologique. Suite à cette théorie, ce sont les travaux de Selye qui vont énormément marquer le champ de recherche. Pour Selye (1946), le stress est avant tout une réaction d'adaptation de l'organisme à une menace, un stresseur, venant de l'extérieur. Dans un premier temps, le stress n'est pas quelque chose de négatif, mais s'il perdure trop

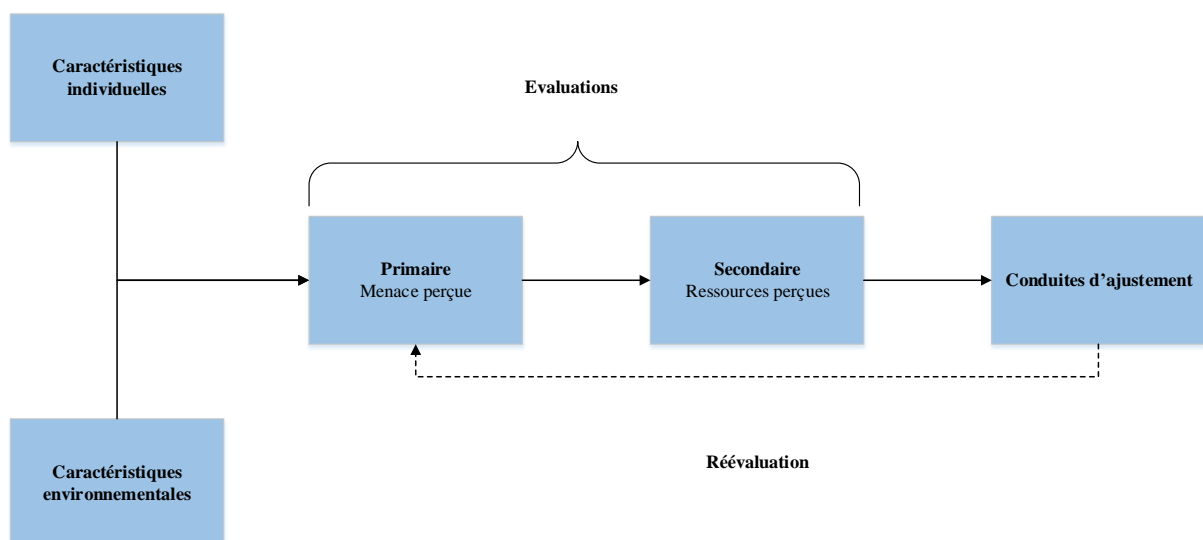
longtemps il peut être responsable de certains dysfonctionnements. Selye va définir la réaction de stress comme étant le syndrome général d'adaptation. Il y a trois étapes qui caractérisent la réponse de l'individu à une situation de stress. Tout d'abord, il y a une phase d'alarme, ensuite arrive une phase de résistance et d'adaptation et finalement une phase d'épuisement pathologique. Durant la phase d'alarme, le système sympathique et médullo-surrénalien et le système hypothalamo-hypophyso-surrénalien sont activés, mais s'ils sont trop activés, il en découle la surcharge des capacités d'adaptation de l'organisme. Durant la phase de résistance, les phénomènes amorcés pendant la phase d'alarme continuent, l'organisme continue à s'adapter à des stimuli nocifs. Quand la phase d'épuisement est atteinte, l'organisme ne peut plus s'adapter aux stimuli auxquels il est soumis. Chaque individu réagit différemment à une même contrainte, soit il parvient à faire face et dans ce cas il n'atteint pas la troisième phase, soit il succombe et développe une pathologie particulière.

L'approche causaliste du stress va mettre l'accent sur la recherche et l'explication des causes du stress. Les chercheurs visent à identifier et à décrire les paramètres environnementaux qui dépassent les capacités d'adaptation des individus, tout en prenant en compte certaines caractéristiques individuelles. Le stress est donc un stimulus qui émane de l'environnement de la personne. Ces stimuli peuvent être des événements marquants de la vie de l'individu ou des micro-stresseurs chroniques (Massoudi, 2009). L'approche basée sur les événements de vie s'intéresse au lien entre le stress et les événements de vie qui rompent l'homéostasie et qui engendrent un changement dans l'environnement social et personnel du sujet, comme un déménagement, un changement de travail, un mariage, une naissance et dans le cas de cette recherche, la transition entre l'école obligatoire et le monde professionnel. Le stress découlant de ces événements de vie pourrait faciliter l'apparition de diverses maladies (Rabkin et Struening, 1976). Plusieurs auteurs (De Longis, Coyne, Dakof, Folkman et Lazarus, 1982; Kanner, Coyne, Schaefer et Lazarus, 1981; Lazarus, 1990) ont reproché à cette approche de ne tenir compte que des événements de vie majeurs, alors qu'une grande partie du stress est provoqué par des stressseurs mineurs qui sont récurrents dans la vie des individus. Dans le cas de notre étude, un stressseur mineur pourrait être le fait de devoir téléphoner à un patron, d'avoir un entretien d'embauche, de devoir arriver à l'heure en cours ou encore de devoir passer un examen. Dans tous les cas, selon une auteure actuelle (Lupien, 2010), une situation doit correspondre à au moins une de ces quatre caractéristiques pour être stressante; elle doit être nouvelle, imprévue (imprévisible), elle doit procurer un sentiment de perte de contrôle et/ou elle doit être une menace potentielle pour la personne ou pour son égo. Il est

reproché à l'approche causaliste de ne pas tenir compte des différences individuelles face aux stressseurs; la personnalité et les styles de coping vont jouer un rôle important dans l'effet du stress sur la santé (Massoudi, 2009). L'arrivée de l'approche psychologique du stress va permettre de prendre ces éléments en compte.

En effet, l'approche psychologique, aussi appelée approche transactionnelle, va prendre en considération les stimuli de l'extérieur et la réponse de l'individu, mais aussi tout le processus d'évaluation des stressseurs par l'individu et les stratégies de coping individuelles mises en place pour faire face à ce stress. La conception du stress est donc holiste et pas uniquement causaliste. Lazarus et Folkman (1984) qui sont les principaux théoriciens de l'approche transactionnelle pensent qu'il est primordial de prendre en compte la manière dont le sujet construit une signification subjective aux situations qu'il rencontre. Cette approche tient compte de la relation de l'individu avec son environnement. Ici, le stress est défini comme «une relation particulière entre la personne et l'environnement, qui est évaluée par la personne comme exigeant ou dépassant ses ressources et mettant en danger son bien-être» (Lazarus et Folkman, 1984, p.19). Dans ce modèle, les éléments cognitifs (évaluation) et émotionnels (coping) ont donc une place importante, ils représentent un processus constitué d'une chaîne séquentielle qui est schématisé par la figure 1.

Figure 1: Chaîne séquentielle d'évaluation du stressseur (Lazarus et Folkman, 1984)



Selon ces auteurs, un stressseur va être soumis à une première analyse cognitive, l'évaluation primaire. L'individu va évaluer l'impact de l'évènement sur son bien-être. Ensuite apparaît une seconde évaluation cognitive, l'évaluation secondaire, lors de laquelle l'évènement stressant va être évalué par l'individu en tenant compte des ressources qu'il a à sa disposition pour y faire face. Les caractéristiques individuelles, comme la personnalité, et

les caractéristiques de l'environnement, comme la situation sociale de l'individu, vont jouer un rôle important dans la manière que celui-ci aura d'évaluer un événement stressant. Après la phase d'évaluation, l'individu va mettre en place un certain nombre de stratégies de coping pour pallier à ce stress. Suite à la mise en place de ces stratégies, une réévaluation de l'évènement stressant est possible. D'autres auteurs, comme Kessler (1979), partagent cette vision du stress; il précise que les événements ne sont pas stressants en soi, mais qu'ils sont interprétés comme tels. Le modèle transactionnel s'est imposé comme l'un des plus complets en matière de conceptualisation et d'explication des mécanismes du stress. C'est pourquoi nous avons choisi d'inscrire cette étude dans cette approche théorique.

1.3 Le coping

L'utilisation du modèle transactionnel du stress dans cette recherche nous conduit à nous intéresser de plus près au concept de coping. «Le coping désigne l'ensemble des processus qu'un individu interpose entre lui et l'évènement perçu comme menaçant, pour maîtriser, tolérer ou diminuer l'impact de celui-ci sur son bien-être physique et psychologique» (Paulhan, 1992, p.545).

Il existe deux approches dominantes décrivant le concept. L'approche structurale postule qu'il existe des tendances adaptatives basées sur des comportements stables de la personne qui lui permettent de mieux appréhender une situation stressante. On parle ici de style de coping. Selon cette approche, la personnalité jouerait un grand rôle dans la manière de gérer les situations stressantes. Selon l'approche situationnelle développée par Lazarus et Folkman, le coping est un processus qui va dépendre des situations spécifiques. La relation qu'a l'individu avec son environnement est prise en compte. On parle ici de stratégies de coping que l'on peut définir comme «des efforts cognitifs et comportementaux en changement permanent destinés à gérer des exigences externes et/ou internes qui sont évaluées comme dépassant les ressources d'une personne» (Lazarus et Folkman, 1984, p.141). Les stratégies de coping peuvent être réparties selon deux dimensions; la résolution du problème ou la régulation de la détresse émotionnelle. Le coping centré sur la tâche, qui vise la résolution du problème, consiste à essayer de changer la situation en se focalisant sur le problème. Alors que le coping centré sur l'émotion, qui vise la régulation de la détresse émotionnelle, consiste à essayer de contrôler l'émotion ressentie dans la situation stressante. Chacune de ses dimensions comporte deux formes différentes, la forme comportementale et la forme

cognitive, qui elles-mêmes peuvent s'exprimer sur un mode actif ou passif. Le tableau ci-dessous présente un résumé des réponses spécifiques au stress en fonction de leur dimension, de leur forme et de leur mode (Stephoe, 1991, cité par Massoudi, 2009).

Tableau 1: Classification des différentes stratégies de coping selon Steptoe (1991)

Stratégies de coping				
Dimensions	Centrées sur le problème		Centrées sur l'émotion	
Formes	Comportementale	Cognitive	Comportementale	Cognitive
Mode Actif	Tentative de contrôle Résolution de problème	Redéfinition Restructuration	Recherche de soutien social, d'information	Expression émotionnelle
Mode Passif	Évitement Fuite	Pensée positive Distanciation	Distraction Rejet d'information	Inhibition des émotions Déné

Il a été montré que le coping centré sur la tâche est le plus fonctionnel, car il va permettre de résoudre la situation au mieux et donc de faire diminuer le stress et l'anxiété (Lazarus et Folkman, 1984). Recourir à la consommation d'alcool comme moyen de coping correspond à l'utilisation d'une stratégie centrée sur l'émotion sur un mode passif, donc à une stratégie de coping peu efficace.

1.4 Le locus of control

L'approche transactionnelle du stress souligne l'importance de prendre en compte la nature subjective et individuelle de l'expérience de stress. Il paraît donc intéressant de se pencher sur les caractéristiques individuelles qui induisent une différence dans les phases d'évaluation et de coping décrites par le modèle (Massoudi, 2009). Ici, nous avons choisi de nous concentrer sur un des nombreux aspects permettant de décrire la personnalité: le locus of control.

1.4.1 Définition du concept

Le locus of control est un concept qui traduit le sentiment de contrôle et de maîtrise perçu par les individus sur les situations qu'ils rencontrent. Selon cette théorie, les individus se répartissent sur un continuum entre un pôle interne et un pôle externe du locus of control. Les personnes ayant un locus plutôt interne auront tendance à percevoir les situations rencontrées et les événements vécus comme la conséquence de leurs actes. À l'inverse, les personnes ayant un locus plutôt externe auront tendance à expliquer les événements marquant

leur vie comme indépendants de leur volonté et plutôt incontrôlables. Dans notre culture quand on ne se sent pas complètement responsable des situations vécues, on a tendance à y voir l'influence de la chance, du hasard, du destin ou d'autres personnes considérées comme toutes-puissantes (Rotter, 1966). Il existe une tendance stable à l'internalité ou à l'externalité chez les individus, ce qui fait du locus un trait de personnalité.

Selon Rotter (1966), il est possible d'expliquer la construction de ce trait de personnalité par la théorie de l'apprentissage social. Cette théorie postule qu'un renforcement ou une récompense reçus suite à une action, va inciter l'acteur à la reproduction de cette action dans le futur, celui-ci désirant recevoir une nouvelle récompense. Le renforcement joue donc un grand rôle dans l'acquisition et le développement de compétences et de connaissances. Cependant, tous les individus n'ont pas la même manière d'interpréter ce renforcement ou cette récompense et c'est cela qui va être déterminant dans la construction du locus. La récompense peut être perçue comme découlant de ses propres actions, et conduira à un locus interne, ou comme découlant de forces extérieures, donc indépendante de ses propres actions, et conduira à un locus externe. L'enfant développe au cours de son expérience la capacité à reconnaître quand une récompense dépend de ses propres actions ou non. Par exemple, si un enfant a beaucoup révisé pour un test scolaire et qu'il obtient une bonne note ainsi que les félicitations de ses parents, il aura tendance à continuer de bien réviser pour les tests suivants, pensant que la récompense découle de ses propres actions. Au contraire, si un enfant obtient une bonne note à un test scolaire avec les félicitations de ses parents sans avoir révisé, il ne va pas être incité à réviser pour les prochains tests et ainsi penser que la récompense ne découle pas nécessairement de ses propres actions. La manière dont les personnes diffèrent dans l'interprétation de la récompense comme découlant de leurs propres actions dépendrait donc de leur histoire de renforcement.

Rotter (1966) appréhende le locus of control de manière unidimensionnelle: interne vs externe. L'externalité englobe les notions de destin, de chance et d'autres tout-puissants. Quelques années plus tard, plusieurs auteurs, dont Levenson (1973) s'aperçurent des limites d'une conception unidimensionnelle du locus. Levenson développe donc une vision multidimensionnelle différenciant l'internalité, la croyance en un monde dirigé par la chance et la croyance en un monde dirigé par les autres tout-puissants; la chance et les autres tout-puissants représentant deux types d'externalité différents. Cette auteure différencie deux types de locus externe parce que selon elle, les personnes qui pensent que le monde n'est pas ordonné vont se comporter différemment des personnes qui pensent que le monde est ordonné, mais qu'il

est sous le contrôle de gens puissants. En effet, les personnes croyant le monde dirigé par des autres tout-puissants peuvent éprouver un certain contrôle face aux événements qu'ils vivent; il est possible de percevoir suffisamment de régularité dans les actions des autres tout-puissants pour pouvoir obtenir des renforcements à travers des actions dirigées vers un but. Alors que les personnes croyant le monde dirigé par la chance n'ont pas ce contrôle.

Weiner (1985) va dans le même sens que ces auteurs en expliquant que l'être humain a besoin d'attribuer des causes aux événements qu'il vit et diverses émotions vont découler de ces attributions causales; des émotions positives en cas de réussite et des émotions négatives en cas d'échec. Nous cherchons bien souvent à expliquer ce qui nous arrive quand on est face à une situation non désirée ou insatisfaisante. L'auteur a identifié trois grandes catégories de causes: le locus, la stabilité et le contrôle. Le locus, c'est le lieu d'origine de la cause, semblable à ce qui a été décrit par Rotter (1966). Il peut être interne à l'individu, comme l'intelligence, la personnalité, l'effort fourni pour réaliser une tâche ou externe, comme la difficulté d'une tâche, l'aide ou l'absence d'aide des camarades, la chance. Les causes peuvent être stables dans le temps ou non; les aptitudes intellectuelles sont stables alors que l'effort fourni est instable. Si un élève pense qu'il a échoué un examen parce qu'il n'a pas assez travaillé il pourra toujours modifier son comportement, mais il ne le pourra pas s'il pense qu'il a échoué parce qu'il n'est pas assez intelligent. Le degré de contrôle qu'a une personne sur la cause d'un événement est la troisième catégorie. Un élève pourra contrôler l'effort fourni pour réussir un examen, mais il ne pourra pas contrôler ses aptitudes ou la chance (Barbeau, 1991).

1.4.2 Influences du locus of control

Une longue tradition de recherche sur le locus of control a montré que les personnes plus internes ont plus de chance de réussir dans la vie professionnelle et sociale que les personnes externes (Pansu, Dompnier et Bressoux, 2004). De plus, les individus internes apparaissent comme plus motivés, plus performants et plus satisfaits (Dubois, 1987, cité par Pansu *et al.*, 2004). Mais est-ce que ces personnes sont plus tournées vers la réussite et la performance parce qu'elles sont internes ou est-ce qu'elles sont devenues internes parce qu'elles ont plus de réussites et de performances? La question demeure. Quoi qu'il en soit, ceci nous conduit à supposer que notre population aura une tendance à l'externalité, parce que la plupart d'entre eux ont un passé d'échec scolaire. Selon Lal (1985), la différence

d'éducation entre hommes et femmes conduit à des différences de locus of control. Les femmes sont traditionnellement plutôt passives, conformistes, sensibles et délicates, ce qui les amènerait à développer un locus of control externe, alors que les hommes sont plutôt actifs, sans peur, logiques et résistants ce qui les conduirait à un locus of control interne. Nous nous attendons donc à ce que les garçons aient un locus plus interne que les filles. En outre, dans notre culture occidentale, les croyances en un contrôle interne seraient le privilège des personnes favorisées. Le contrôle externe serait associé à des positions sociales peu valorisées ou à des minorités (Pansu *et al.*); cela nous laisse penser que les jeunes issus d'une famille ayant peu de ressources économiques ou ayant connu la migration seront plus externes que les autres.

Crowe et Kahan (1975, cités par Pansu *et al.*, 2004) montrent que la réussite est surtout attribuée à des facteurs internes et contrôlables, comme l'effort fourni, et l'échec à des facteurs internes et incontrôlables comme le manque de capacités. De cette manière, les auteurs s'attribuent la responsabilité de leurs succès, mais s'en affranchissent en cas d'échecs. Attribuer ses échecs à un manque de compétences est risqué émotionnellement, car c'est un facteur stable et incontrôlable. Il serait plus judicieux de le voir comme quelque chose d'instable et de contrôlable, comme la conséquence d'un manque d'effort. Cette vision-là permet d'envisager une amélioration pour la fois d'après. Weiner (1979) va encore plus loin en parlant du biais d'auto-complaisance, qui consiste à attribuer ses réussites à des facteurs internes et ses échecs à des facteurs externes. Cela a pour but de préserver l'estime de soi. En effet, attribuer ses réussites à des facteurs internes entraîne des émotions positives plus intenses que de les attribuer à des facteurs externes. Inversement, attribuer ses échecs à des facteurs externes entraîne des émotions moins négatives que de les attribuer à des facteurs internes. Nous pouvons donc dire que les personnes attribuant leurs échecs à des facteurs internes, et surtout à des facteurs internes non contrôlables, sont plus à risque de ressentir un stress lié à une faible estime de soi et un faible sentiment de compétence, de même que les personnes expliquant leurs réussites par des attributions causales externes (Lupien, 2010).

Plusieurs études ont montré que les personnes externes perçoivent plus de facteurs de stress (Parkes, 1984). En effet, les personnes internes semblent mieux s'adapter aux événements de vie (Lourel, 2006) et seraient moins susceptibles de laisser le stress agir négativement sur leur humeur et de présenter des symptômes de détresse psychologique que les personnes externes (Husaini et Neff, 1981; Lefcourt, Miller, Ware et Sherk, 1981). De plus, Rapee, Craske, Brown et Barlow (1996) révèlent que le manque de contrôle perçu par

les individus peut conduire à des états émotionnels pathologiques, dont l'anxiété et la dépression.

Certaines recherches suggèrent que les personnes avec un locus of control interne sont plus résistantes aux pressions et aux tentations d'avoir un comportement déviant, comme la consommation d'alcool (Wills, 1994). L'internalité a également été mise en lien avec le recours à des stratégies de coping centrées sur la tâche, donc plus efficaces pour lutter contre les conséquences négatives du stress (Parkes, 1984). Les personnes ayant un haut score sur l'échelle autres tout-puissants de Levenson ont des stratégies de coping plutôt passives, alors que les personnes ayant un haut score sur l'échelle d'internalité ont des stratégies de coping plutôt actives (Brosschot, Gebhardt et Godaert, 1994). Les personnes ayant un locus of control externe pourraient donc avoir tendance à consommer de l'alcool, stratégie de coping peu efficace, pour pallier à leur stress. Selon une hypothèse de Bearing et Blum (1997), les jeunes avec un sentiment de contrôle élevé seront moins susceptibles d'être influencés par leurs pairs et moins tentés de consommer de l'alcool que leurs camarades ayant un sentiment de contrôle moins élevé. Ici les auteurs ne parlent pas de consommation d'alcool comme moyen de coping, mais plutôt comme comportement social. Il s'est avéré que le locus of control était un faible prédicteur de la consommation d'alcool problématique. Cependant, il se peut que la relation entre les deux soit médiatisée par d'autres éléments sociaux ou développementaux. C'est ce que notre étude va essayer de démontrer.

1.5 L'anxiété face à l'avenir professionnel

Le XXe siècle a été étiqueté comme l'âge de l'anxiété. Si cela est vrai pour le siècle passé, cela risque de l'être encore davantage à l'avenir avec toutes les ambiguïtés et les incertitudes que notre société comporte. L'anxiété est un construit qui existe dans toutes les théories de la personnalité. C'est un construit ambigu, car il a été conceptualisé de multiples manières (Endler et Kocovski, 2001). Nous pouvons distinguer l'anxiété trait et l'anxiété état, bien que la distinction ne soit pas toujours aisée (Forner, 2007). L'anxiété trait a été définie par Allport en 1937 (cité par Endler et Kocovski) comme une prédisposition individuelle générale à réagir de manière constante à différentes situations. Elle désigne donc un trait de personnalité stable qui varie selon les individus. L'anxiété état a été définie par Spielberg en 1966 (cité par Endler et Kocovski) comme une émotion transitoire caractérisée par des sentiments conscients d'appréhension, d'effroi et de tension. Elle est donc liée à la situation et

la plupart des individus réagissent de la même manière dans des situations semblables. La manière dont une personne va réagir à une situation dépendra toujours de l'interaction entre l'anxiété trait et l'anxiété état. Dans une perspective interactionniste, l'anxiété peut être vue comme une caractéristique individuelle stable mais dont la stabilité est relative à certaines situations (Endler, Edwards et Vitelli, 1991, cités par Vignoli et Mallet, 2012). Dans notre cas, nous nous intéressons à l'anxiété suscitée par l'avenir professionnel. En effet, de par son caractère incertain, l'avenir professionnel est susceptible d'être anxiogène chez les adolescents (Mallet, 1999; Vignoli et Mallet, 2012).

L'anxiété peut, d'une manière générale, être mise en lien avec le locus of control. En effet, les individus ayant un locus of control interne sont moins anxieux que ceux ayant un locus externe, et ce parce qu'ils ont plus l'impression de contrôler la situation (Paquet, 2006; Rossier, Rigozzi et Berthoud, 2002). L'anxiété est une notion qui peut également être rapprochée de la notion de stress. Les personnalités anxieuses ont tendance à percevoir les situations stressantes comme plus dangereuses, donc à plus souffrir des conséquences du stress. L'anxiété état peut aussi influencer l'interprétation des stressors comme plus menaçants (Lourel, 2006; Strenna, Chahraoui et Vinay, 2009). L'anxiété semble plus toucher les femmes que les hommes; les filles se décrivent comme plus anxieuses que les garçons (Strenna *et al.*, 2009).

1.6 L'Indécision vocationnelle

L'indécision vocationnelle a fait l'objet de nombreuses recherches en psychologie du counseling parce que comme l'écrivent Amir et Gati (2006), les difficultés de choix de carrière sont parmi les problèmes vocationnels des individus les plus importants.

Dans un article de 2003 (p.15), Dosnon définit l'indécision vocationnelle comme suit: «l'indécision scolaire et professionnelle est opérationnalisée par l'absence de formulation d'un choix scolaire ou professionnel en réponse à une question portant sur les intentions d'avenir, ou par l'expression de l'incertitude, d'un manque de confiance envers ce choix». Bien que l'indécision puisse être considérée comme un facteur d'adaptation dans notre société instable, car elle laisse la personne disponible aux changements, ce terme est bien souvent connoté de manière négative, on le rapproche du doute, de l'hésitation, du flou ou de la désorientation.

1.6.1 Différentes approches de l'indécision vocationnelle

Les premières études ont appréhendé l'indécision de manière dichotomique. On cherchait à établir les contrastes entre les personnalités des jeunes indécis et des jeunes décidés. Ces comparaisons donnèrent des résultats pas toujours cohérents (Forner, 2001; Dosnon, 2003). On peut tout de même noter que les indécis étaient plus souvent considérés comme moins adaptés, ayant une faible estime de soi, étant plus anxieux, mais aussi comme étant plus originaux et créatifs que les décidés (Dosnon, 2003). Suite à cela, beaucoup de chercheurs se sont intéressés aux liens entre indécision vocationnelle et traits psychologiques stables permettant d'en expliquer l'apparition (Falardeau-Alain, 2013; Gati, Asulin-Peretz et Fisher, 2012; Holland et Holland, 1977; Lease, 2004; Newman, Gray et Fuqua, 1999). Le locus of control fait partie de ces traits de personnalité et il ressort de manière générale que plus une personne a un locus of control externe, plus elle aura de difficultés à prendre des décisions concernant sa future carrière.

Ensuite, l'indécision vocationnelle a été appréhendée comme un passage obligé dans le développement d'un adolescent; c'est l'approche développementale. Une fois passées les rêveries de l'enfance, les décisions d'orientation pourraient se prendre seulement à l'issue d'un long processus de développement, nommé maturité vocationnelle (Ginzberg, Ginsburg, Axelrad et Herma, 1951; Super, 1957; Tiedeman, 1961; Westbook *et al.*, 1985, cités par Forner, 2007). L'indécision est donc considérée comme un passage normal qui se résolve avec l'âge et seule une minorité pour qui l'indécision serait une caractéristique de la personnalité ne serait pas capable d'effectuer un choix professionnel. Ces personnes souffriraient d'une indécision généralisée et seraient indécises également dans d'autres domaines (Tyler, 1961). Dans le même ordre d'idée, Germeijs et De Boeck (2002) différencient deux sous-types d'indécision; l'indécision développementale (*indecision*) et l'indécision chronique (*indecisiveness*). L'indécision développementale est une phase normale du développement vocationnel et se résolve assez rapidement, soit d'elle-même ou grâce à une intervention de counseling, alors que l'indécision chronique est une difficulté durable qui n'atteint pas uniquement le choix de carrière. Cette dernière est plus rare et s'expliquerait plutôt par des facteurs personnels et émotionnels (Gati *et al.*, 2012). Hartman, Fuqua et Blum (1985, cités par Penland, 1995) pensent que l'indécision développementale peut être positive et faire partie de l'exploration normale des options concernant un choix de carrière.

En 1991, Peterson, Sampson et Reardon (cités par Forner, 2007) approchent l'indécision par le traitement cognitif de l'information. Cela passe par trois phases du processus de décision; la connaissance de la personne elle-même, la connaissance des métiers et la connaissance du monde du travail et de la formation. Quand ces trois étapes sont franchies, la personne est apte à prendre une décision. L'indécision est considérée comme le dysfonctionnement de l'une ou de l'autre de ces différentes étapes. Cette approche s'éloigne quelque peu de la réalité, car un individu peut avoir effectué un choix sans avoir traité de manière approfondie ces trois étapes. Cette conception prône un modèle idéal du jeune qui prend une décision et qui exécute ce qu'il a décidé après avoir passé par une phase évaluative. Mais la réalité est bien souvent plus complexe.

Actuellement, nous avons une approche multidimensionnelle de l'indécision. Deux modifications importantes ont été apportées au concept d'indécision vocationnelle. Tout d'abord, l'indécision ne s'appréhende plus en termes d'absence ou de présence, mais elle se conçoit comme une dimension ordinale sur laquelle des niveaux peuvent être repérés. La seconde modification a permis de repérer différentes sources d'indécision (Dosnon, 2003). Cette nouvelle approche nécessite donc des outils de mesure plus précis, comme le Career Decision-Making Difficulties Questionnaire (CDDQ) que Gati, Krausz & Osipow développèrent en 1996 ou le questionnaire développé par Lacoste, Esparbès-Pistre et Tap en 2005 que nous utilisons dans cette recherche.

1.6.2 Importance du choix d'une profession

Bien qu'il existe une très grande quantité de recherches sur le stress au travail, le stress à l'école et le stress face au choix professionnel sont peu étudiés. Lacoste *et al.* (2005) ont tenté d'y remédier dans une étude cherchant à évaluer dans quelle mesure l'orientation professionnelle peut être source de stress chez les collégiens et les lycéens. En effet, à l'heure actuelle le choix professionnel ou le projet professionnel est devenu chose exigée, tant par les parents que par les professionnels entourant les adolescents. Ceci semble présenter une source de stress, puisqu'il est perçu comme le jalon de la réalisation de soi (Boutinet, 1993). Lacoste *et al.* ont cherché à savoir si l'indécision vocationnelle était plutôt liée à l'absence de projet clairement défini par le jeune, à des difficultés scolaires, à des difficultés économiques, à un manque d'information, à un manque de soutien ou à d'autres éléments. Il s'est avéré que plus le nombre de difficultés touchant l'élaboration du projet professionnel est élevé, plus il y a de

stress ressenti. Toutefois, le lien avec le stress est plus fort quand il y a présence de difficultés scolaires et absence ou manque de soutien. Les filles ont plus de difficultés quant à leur choix professionnel et sont plus stressées que les garçons. Une étude de Taveira, Silva, Rodriguez et Maia (1998) confirme que les adolescents ressentent un niveau de stress important associé à l'exploration de carrière et au fait de devoir faire un choix vocationnel.

1.7 Le stress, le soutien social et la détresse psychologique

1.7.1 Le rôle du soutien social

C'est seulement vers la fin des années 70, que des chercheurs comme Cobb (1976) ou Dean et Lin (1977) se sont intéressés aux ressources des individus et à la manière dont elles pouvaient leur permettre d'augmenter leur capacité à gérer les événements de vie. C'est ensuite dans les années 70 et 80 que les études sur les relations entre les liens sociaux et la santé mentale vont connaître leur plus grand essor (Caron et Guay, 2005). Ceci va conduire plusieurs auteurs à considérer le soutien social comme une variable tampon qui atténuerait les effets des événements de vie stressants sur la détresse psychologique (Cobb, 1976; Cohen et Wills, 1985; Tousignant, 1988). Il agirait de trois manières. Premièrement, il permettrait à l'individu de voir son environnement de manière plus positive et de penser que les autres pourraient l'aider à gérer les conséquences de la situation de stress au mieux. Deuxièmement, le soutien social pourrait avoir un impact positif en agissant au niveau de la réponse émotionnelle liée à la situation de stress et à l'évaluation de ses conséquences. La personne serait plus à même de voir des solutions aux problèmes et de réduire l'importance perçue de l'événement, et ainsi d'adopter des cognitions rationnelles et de diminuer les réponses comportementales inadaptées. Troisièmement, il agirait directement au niveau des processus physiologiques rendant les individus moins réactifs au stress perçu (Cohen et Wills, 1985).

Il s'avère important de distinguer le soutien social de l'intégration sociale dans la société générale et du réseau social personnel (Caron et Guay, 2005; Tousignant, 1988). Le réseau social personnel constitue l'ensemble des liens sociaux stables qu'entretient un individu. Il reste cependant difficile d'évaluer ce qu'est un lien social stable. L'intégration sociale est le degré avec lequel un individu participe dans le vaste champ de relations sociales. Elle peut se mesurer par le nombre de rôles socialement reconnus qu'occupe l'individu (parent, étudiant, voisin, ami, etc.) Le soutien social, c'est la dispensation ou l'échange de

ressources émotionnelles, instrumentales ou d'informations par des non professionnels quand les autres en ont besoin (Caron et Guay, 2005). Alors que le soutien social a bien souvent été considéré comme un construit unidimensionnel, Weiss (1973, cité par Caron et Guay, 2005) en décrit cinq fonctions: le soutien émotionnel, l'intégration sociale, l'occasion de se sentir utile et nécessaire, la confirmation de sa valeur et l'acquisition d'aide concrète et matérielle. Cobb (1976) va dans le même sens en disant que le soutien social permet à l'individu d'avoir le sentiment d'être aimé, qu'on se soucie de lui, d'être estimé, d'avoir de la valeur et de faire partie d'un réseau de communication et d'obligations mutuelles. Dans cette étude, c'est la notion d'aide et de soutien pour des questions d'orientation et d'avenir professionnels qui nous intéressent.

Dans grand nombre d'études, les chercheurs utilisent des questionnaires auto-administrés pour mesurer la perception du soutien social et la satisfaction envers celui-ci. Le soutien social perçu par l'individu qui le reçoit est donc pris en compte et non pas le soutien social réellement reçu (Sarason, Levine, Basham et Sarason, 1983). Cela sera également le cas pour la présente étude.

1.7.2 Qu'est-ce que la détresse psychologique?

La détresse psychologique ressentie par un individu peut être définie comme la conséquence d'un événement vécu comme problématique; ce n'est pas le problème en soi (Mirowsky et Ross, 2003). Dans le cas de ce travail, l'évènement vécu comme problématique serait le stress de la transition école-travail ressenti par l'individu. Selon Ensel et Lin (1991), les stressseurs ont un effet direct sur la détresse psychologique.

La détresse psychologique est un état subjectif non plaisant. Selon Mirowsky et Ross (2003), elle peut se manifester de deux manières principales, soit par la dépression, soit par l'anxiété. La dépression est le fait de se sentir triste, démoralisé, seul, sans espoir, inutile, d'avoir envie de mourir, d'avoir des difficultés à dormir, de pleurer, d'avoir l'impression que tout est un effort et de se sentir incapable d'aller de l'avant. L'anxiété est le fait d'être tendu, agité, inquiet, irritable et apeuré. La dépression et l'anxiété peuvent chacune avoir deux formes: l'humeur et le malaise. L'humeur fait référence au sentiment de tristesse de la dépression et au sentiment d'inquiétude de l'anxiété. Alors que le malaise fait référence à des états corporels comme l'apathie de la dépression, la fatigue, les difficultés à dormir ou

l'agitation de l'anxiété, les maux de têtes, d'estomac, les sensations de vertige, les difficultés cognitives qui y sont liées.

La détresse psychologique peut être appréhendée psychologiquement, mais aussi socialement (Mirowsky et Ross, 2003). D'un point de vue psychologique, nous pouvons dire dans le cadre de cette étude que les personnes ayant un stress perçu élevé et peu de soutien social pour gérer ce stress sont plus à risque de ressentir de la détresse psychologique. On peut ajouter qu'un locus of control externe tendrait à accentuer ce lien. D'un point de vue social, il paraît évident que les personnes en difficultés financières, en situation de séjour irrégulière en Suisse, en difficultés scolaires, en difficultés familiales sont plus à risque de ressentir un stress et donc de la détresse psychologique si elles n'ont pas le soutien social nécessaire. Plusieurs études ont prouvé ces liens, ce qui fait l'objet du sous-chapitre suivant.

1.7.3 Liens entre stress, soutien social et détresse psychologique

Comme nous l'avons déjà introduit plus haut, plusieurs études, dont celle d'Ensel et Lin (1991), se sont intéressées aux ressources, comme le soutien social pouvant influencer le lien entre le stress et la détresse psychologique. Avoir un soutien social important permet donc de réduire l'impact des stressseurs sur la détresse psychologique. Une enquête sociale et de santé réalisée au Québec en 1998 soutient ces résultats (Julien *et al.*, 2000, cités par Caron et Guay, 2005). Cobb (1976) met en évidence que le soutien social peut protéger de la détresse psychologique durant certaines crises de la vie, comme la transition à l'âge adulte, la grossesse, une hospitalisation, la guérison après une maladie et des périodes de stress. D'après cet auteur le soutien social préviendrait aussi de la dépression et de l'alcoolisme. En 1966, Smith et Hobbs argumentent que la détresse psychologique n'est pas la misère privée d'un individu, mais qu'elle est intrinsèquement liée aux sources de soutien social que cet individu peut trouver dans sa vie, comme la famille, les amis ou encore la religion. Il a été montré par Holahan et Moos (1981) que le soutien social et la détresse psychologique corrèlent négativement. Ces auteurs ont également mis en évidence empiriquement qu'une diminution du soutien social, surtout au niveau familial, faisant augmenter la détresse psychologique sur une période d'un an.

Hollingshead et Redlich (1958, cités par Tousignant, 1988) ont découvert une plus grande fréquence de maladies mentales traitées parmi les personnes défavorisées. Ils soulignent l'importance de facteurs de stress comme des problèmes d'intégration à des

réseaux d'appartenance, un taux élevé de familles désunies, la présence de minorités ethniques et l'instabilité de l'emploi chez ces personnes. Ces mêmes auteurs ont aussi découvert que plus la densité d'un groupe est faible par rapport à la population dans laquelle il vit, plus les risques de psychopathologie sont élevés. De plus, ils signalent une carence dans le soutien social disponible chez ces populations. Une étude de Kessler (1979) a permis de mettre en évidence que les personnes socialement désavantagées étaient non seulement plus exposées au stress que les personnes socialement avantagées, mais aussi qu'elles étaient plus susceptibles d'être influencées par des expériences stressantes et donc de ressentir de la détresse psychologique.

La santé psychologique des femmes serait davantage liée au soutien des proches que celles des hommes et les femmes sont plus susceptibles de recevoir du soutien que les hommes (Flaherty et Richman, 1989, cités par Caron et Guay, 2005; Vaux 1988, cité par Caron et Guay). De plus, les données de nombreuses études montrent que les hommes font moins appel à de l'aide professionnelle que les femmes quand ils sont aux prises avec un problème de santé mentale tels que la dépression ou l'abus de substance (Addis et Mahalik, 2003, cités par Caron et Guay). De même, les femmes interprètent plus négativement les situations stressantes que les hommes et ressentent donc plus facilement de la détresse psychologique. Dans sa recherche, l'auteur n'a pas pu en expliquer les causes (Kessler 1979).

Il est tout de même à noter qu'une étude de Cutrona (1984) a mis en évidence qu'au-delà d'un certain degré de stress, le soutien social ne suffit plus à protéger de la détresse psychologique. À l'inverse, des interactions sociales négatives avec l'entourage peuvent exacerber des problèmes de santé mentale (Caron et Guay, 2005).

1.8 La consommation d'alcool

Les médias le rapportent sans cesse; la consommation d'alcool, de cigarettes et de cannabis est très présente actuellement chez les adolescents occidentaux, et ce à un âge précoce. En Suisse, la dernière étude HBSC (Health Behaviour in School-aged Children 2014) révèle que 20.1% des garçons de 11 ans et 10.5% des filles du même âge ont déjà consommé de l'alcool une fois dans leur vie. À 13 ans, ce pourcentage passe à 37.9% chez les garçons et à 27.1% chez les filles, puis à 70.4% chez les garçons et 68.9% chez les filles à 15 ans. Parmi les élèves de 15 ans, 46% des garçons et 41% des filles ont consommé de l'alcool au cours des 30 jours précédant l'enquête. La grande majorité n'en avait pas consommé plus

de deux jours. À 15 ans, 30% des garçons et 24.3% des filles déclarent avoir été vraiment ivres une fois dans leur vie. La grande majorité des interrogés n'ont pas été ivres plus de 3 fois au cours de leur vie. Parmi les élèves de 15 ans, 27.3% des garçons et 22.9% des filles déclarent avoir bu plus de 5 verres d'alcool durant une même occasion pendant les 30 jours précédant l'enquête (Marmet, Archimi, Windlin et Delgrande Jordan, 2015).

Bien que la prévalence de la consommation d'alcool chez les adolescents semble avoir diminué entre 2010 et 2014, elle reste tout de même élevée pour des jeunes de cet âge (Marmet *et al.*, 2015). Nous avons décidé de nous focaliser sur la consommation de cette substance puisque celle-ci change les perceptions, comparativement à la cigarette, et parce que c'est une substance dont la vente et la consommation sont autorisées par la loi, contrairement au cannabis.

1.8.1 Pourquoi les adolescents consomment-ils de l'alcool?

En 1988, Cox et Klinger ont développé le Motivational Model of Alcohol Use. C'est un modèle théorique qui cherche à expliquer pourquoi les personnes consomment de l'alcool. Pour ces auteurs, la consommation d'alcool est avant tout motivationnelle, bien qu'ils reconnaissent qu'il puisse y avoir d'autres facteurs d'influence. C'est-à-dire que les personnes qui boivent ont des attentes précises quant aux effets de l'alcool et elles cherchent à les atteindre en buvant. Ces attentes à propos des effets de l'alcool sont des changements affectifs qui sont clairement formés dans l'esprit du consommateur potentiel avant qu'il ne commence à boire et leur présence est une condition nécessaire pour que la consommation débute. Brown, Goldman, Inn et Anderson (1980) ajoutent qu'en plus des attentes, les croyances des personnes à propos des effets de l'alcool contribueraient à sa consommation. Ils recensent six croyances différentes: l'alcool transforme les expériences de manière positive, améliore les plaisirs sociaux et physiques, améliore les performances sexuelles et l'expérience, augmente le pouvoir et l'agressivité, augmente l'assurance sociale et diminue les tensions. Selon le Motivational Model of Alcohol Use, une personne va prendre la décision ou non de consommer de l'alcool. Cette décision est basée sur des processus émotionnels et rationnels. La personne prend sa décision en estimant quels changements affectifs pourraient lui apporter la consommation d'alcool comparativement à l'abstinence. Ces changements affectifs peuvent être directement liés aux effets chimiques du produit, comme réduire la tension ou améliorer l'humeur, ou indirects, comme être acceptés par ses pairs. Bien souvent, cette décision se

prend de manière inconsciente et automatique. Elle est liée à des facteurs historiques qui comprennent les facteurs biochimiques, comme la disposition génétique à réagir positivement ou négativement à la consommation d'alcool, à des facteurs de la personnalité, comme l'anxiété, la dépression, une estime de soi basse, et à des facteurs socioculturels et environnementaux. Elle est aussi liée à des facteurs ponctuels qui regroupent les facteurs situationnels, comme le fait que l'alcool soit facilement accessible par exemple et les facteurs que les auteurs nomment la «motivation courante positive et négative». Ces derniers sont liés aux affects positifs et négatifs qu'une personne ressent à un moment précis. Si une personne a peu d'affects positifs à un moment de sa vie, alors elle va consommer de l'alcool dans le but d'augmenter ses affects positifs. De même, si une personne a beaucoup d'affects négatifs à un moment donné, elle va consommer de l'alcool dans le but de les diminuer. Les effets recherchés peuvent donc être positifs, améliorer l'humeur, ou négatifs, pour éviter des expériences déplaisantes. Ils peuvent aussi être internes et concerner les changements affectifs personnels, ou externes et concerner l'environnement social de l'individu.

De ce modèle, ressortent quatre motifs différents pour consommer de l'alcool: l'*enhancement* (amélioration), boire pour améliorer l'humeur, le bien-être, ce qui est positif et interne, le social (*social*), boire pour obtenir une récompense sociale, ce qui est positif et externe, le coping (*coping*), boire pour atténuer des émotions difficiles, ce qui est négatif et interne et la conformité (*conformity*), boire pour faire comme ses camarades, ce qui est négatif et externe. Le modèle repose donc sur le fait que chacune de ces quatre motivations à boire est caractérisée par un pattern unique d'antécédents et de conséquences. C'est-à-dire que les individus qui boivent pour des raisons de coping le font car ils manquent de moyens plus adaptés pour gérer leurs émotions négatives et ils sont plus à risque de rencontrer des problèmes liés à la consommation d'alcool. Alors que ceux qui boivent pour des raisons sociales le font par habitude ou pour des raisons dites *normales*. Ces derniers ont peu de risques de rencontrer des problèmes liés à l'alcool. En adoptant, une raison spécifique pour boire, la décision de consommer de l'alcool est prise. Une étude empirique de Cooper (1994) a permis de valider ce modèle théorique. Elle valide non seulement les quatre différentes motivations à consommer de l'alcool, mais aussi le fait qu'elles correspondent chacune à un pattern unique d'attentes. Dans la suite du travail, les quatre motifs de la consommation d'alcool seront nommés: *enhancement*, social, conformité et coping.

1.8.2 Quand la consommation devient-elle problématique?

Nous pouvons distinguer des motifs représentant une consommation d'alcool dite *normale* et des motifs représentant une consommation à risque.

Une recherche de Cooper (1994) révèle que le motif social est le plus fréquent, il correspond à une consommation en société et il n'est pas lié à des problèmes d'alcool bien que la quantité consommée soit souvent élevée. Le motif d'*enhancement* est lié à une consommation excessive dans un lieu où elle est tolérée, voire encouragée. Cela ne conduit qu'indirectement à des problèmes d'alcool. Le motif de coping est le moins fréquent, mais il concerne également la consommation en solitaire et il est directement lié à des problèmes d'alcool. Boire pour des raisons de conformité représente une consommation légère d'alcool, mais elle est cependant directement liée à des problèmes d'alcool. Elle est présente chez les jeunes adolescents, puis diminue chez les adolescents plus âgés, pour quasiment disparaître chez les adultes. Ceci est probablement dû au fait que les adolescents n'ont pas encore internalisé de raisons pour consommer de l'alcool et qu'ils boivent pour faire comme leurs pairs. Pour les autres motivations, des patterns similaires entre adolescents et adultes sont trouvés. En résumé, la consommation d'alcool pour des raisons de coping et pour des raisons de conformité, donc pour éviter des expériences négatives, n'est pas adaptative et peut déboucher sur des pathologies liées à la consommation d'alcool.

D'autres études confirment également ces résultats. Une recherche de Kuntsche, Knibbe, Gmel et Engels (2005) a permis de mettre à jour que la plupart des adolescents boivent pour des raisons sociales, ce qui correspond à une consommation modérée, certains disent boire pour des raisons d'*enhancement* ce qui correspond à une consommation excessive et seulement quelques-uns disent boire pour des raisons de coping ce qui est en lien avec des problèmes d'alcool. Les motifs internes comme l'amélioration et le coping seraient plus liés à des traits de personnalité que les motifs externes.

Selon un document de la Santé bernoise (n.d.), seuls 10% des adolescents consomment de l'alcool de manière problématique; pour faire face à des sentiments négatifs ou pour gérer quelque chose de pesant. La plupart des jeunes boivent de l'alcool pour profiter au mieux d'une soirée, pour avoir du plaisir, pour ne pas faire bande à part ou parce qu'ils sont perçus comme plus drôles. Ce genre de consommation d'alcool n'est pas problématique. Comme nous l'avons vu plus haut, l'adolescence est une période de moratoire durant laquelle les individus expérimentent de nouvelles sensations (Arnett, 2006; Erikson, 1972). C'est l'âge

des conduites à risque et découvrir l'état d'ivresse en fait partie (Steinberg, 2007). De plus, l'alcool fait partie du processus de socialisation dans différents groupes à cet âge (Penland, 2005). Une étude de Fondacaro & Heller (1983) révèle que la socialisation avec un groupe de pairs qui boit de l'alcool augmente la probabilité de n'importe quel individu de lui aussi consommer de l'alcool.

Selon la Santé bernoise (n.d.), il y a trois formes de consommation problématique d'alcool; les bitures expresses (binge drinking), la consommation chronique d'alcool et la consommation inappropriée à la situation. Nous parlons d'une biture expresse quand plus de quatre verres (3dl de bière, 1dl de vin ou 2cl de liqueur) pour une femme et cinq verres pour un homme sont consommés dans une courte période. Lorsque cela se produit au moins deux fois par mois cela est considéré comme problématique. La consommation chronique commence chez les hommes avec l'apport quotidien de quatre verres et deux pour les femmes. Chez les adolescents, l'apport quotidien d'un seul verre d'alcool peut déjà être considéré comme problématique. La consommation d'alcool même en petite quantité est considérée comme inappropriée dans la circulation routière, sur le lieu de travail, dans le sport, pendant la grossesse ou lors de prise de médicaments.

1.8.3 Détresse psychologique, coping et alcool

L'incertitude est quelque chose d'inhérent à notre monde probabiliste. Quand notre représentation cognitive du monde n'est pas compatible avec notre vécu, nous expérimentons de l'incertitude et donc nous ne sommes pas capables d'envisager l'avenir (Weary, Tobin et Edwards, 2010). Le choix d'une profession et l'entrée dans le monde professionnel est fait de cette incertitude en ce qu'il est plein d'inconnues; le jeune ne sait pas s'il va être capable de réussir dans ce domaine, s'il va trouver du travail après sa formation, si le métier lui plaira...etc. Selon Weary *et al.*, quand notre niveau d'incertitude causale est trop élevé par rapport à ce que nous pouvons supporter, nous éprouvons des sentiments négatifs et nous cherchons à réduire cette divergence. Une recherche de Tobin, Loxton et Neighbors (2014) a mis à jour que chez les jeunes adultes, plus que chez les adultes plus âgés, l'incertitude causale est un fort motif pour consommer de l'alcool.

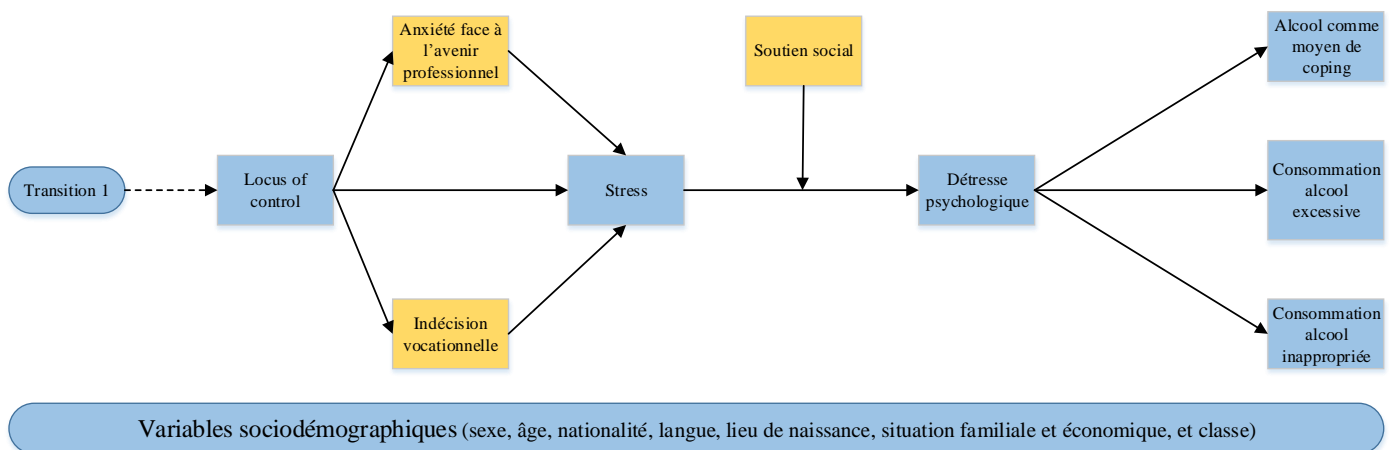
Une étude de Desbrosse-Baloche (2000, citée par Strenna *et al.*, 2009) met en évidence que plus l'état dépressif est intense, plus la consommation abusive de toxiques, comme des anxiolytiques, de l'alcool, du cannabis, est importante. En effet, Conger a parlé

pour la première fois en 1956 de l'hypothèse de la réduction de la tension par la consommation d'alcool. Cet auteur est convaincu que si les gens boivent, c'est en réponse au stress et aux émotions négatives qui en découlent. Cooper, Russell, Skinner, Frone et Mudar (1992) valident cette hypothèse en précisant que le lien entre alcool et stress n'apparaît que sous certaines conditions. Les personnes ayant des stratégies de coping centrées sur l'émotion sont des personnes plus à risque d'utiliser l'alcool comme moyen de coping que les personnes ayant des stratégies de coping centrées sur la tâche. Les hommes ayant des stratégies de coping plutôt centrées sur l'émotion auraient tendance à consommer de l'alcool pour mieux gérer les émotions négatives liées au stress. Les femmes sont pourtant plus sujettes à la détresse psychologique que les hommes. Néanmoins, le lien entre détresse psychologique et consommation d'alcool est plus fort chez les hommes que chez les femmes. À niveau de détresse psychologique égal, les hommes ont plus de problèmes d'alcool que les femmes (Geisner, Larimer et Neighbors, 2004). En effet, de nombreux articles suggèrent que les femmes ont socialement appris à gérer la détresse psychologique en l'internalisant et en montrant plus de symptômes de dépression et d'anxiété, alors que les hommes externalisent la détresse psychologique et montrent plus de symptômes de troubles de la personnalité, de problèmes d'alcool et de drogues. Les femmes vont plus se confier à des amis et demander de l'aide à un professionnel, donc avoir des stratégies de coping centrées sur la tâche, alors que les hommes vont plutôt ignorer le problème, donc avoir des stratégies d'évitement (Berger et Adesso, 1991).

1.9 Hypothèses

À travers cette étude, nous souhaitons découvrir si le stress de la transition école-travail peut avoir un impact sur la consommation d'alcool des jeunes en mesures de transition. La figure 2 ci-dessous représente un schéma de nos hypothèses, basé sur la chaîne séquentielle d'évaluation du stress (figure 1, p.12) de Lazarus et Folkman (1984).

Figure 2: Hypothèses basées sur la chaîne séquentielle d'évaluations du stress de Lazarus et Folkman



Plus précisément, nous énonçons les hypothèses suivantes:

1) Nous postulons que les caractéristiques sociodémographiques des adolescents interrogés peuvent représenter des ressources ou des vulnérabilités face à la transition (Masdonati et Massoudi, 2012).

1.1 Le genre a un impact sur plusieurs des variables étudiées. Les garçons auraient un locus of control plus interne que les filles (Lal, 1985). Les filles seraient plus anxieuses (Strenna *et al.*, 2009), présenteraient plus d'indécision vocationnelle (Lacoste *et al.*, 2005) et seraient plus stressées que les garçons (Kessler, 1979; Lacoste, 2005). Les filles seraient également plus sujettes à la détresse psychologique que les garçons (Kessler), mais elles auraient un réseau social plus important et y feraient plus appel pour obtenir de l'aide que les garçons (Addis et Mahalik, 2003, cités par Caron et Guay, 2005; Flaherty et Richman, 1989, cités par Caron et Guay; Vaux, 1988, cités par Caron et Guay). Les garçons consommeraient de l'alcool de manière plus excessive et plus fréquemment dans des lieux inappropriés que les filles (Geisner *et al.*, 2004) et ils utiliseraient plus l'alcool pour gérer leur stress que ces dernières (Berger et Adesso, 1991).

1.2 L'âge aussi a un impact sur le stress de la transition; les adolescents plus âgés seraient plus anxieux face à l'avenir professionnel que les plus jeunes (Masdonati et Massoudi, 2012).

1.3 Le lieu de naissance et la nationalité ont également un impact sur nos variables. Les adolescents nés à l'étranger ou d'origine étrangère auraient un locus of control plus externe que ceux nés en Suisse ou de nationalité suisse (Pansu *et al.*, 2004). Les jeunes nés à l'étranger ou de nationalité étrangère ressentiraient plus de stress et de détresse psychologique (Hollingshead et Redlich, 1958, cités par Tousignant, 1988; Kessler, 1979; Mirowsky et Ross, 2003) et recevraient moins de soutien social (Hollingshead et Redlich, cités par Tousignant) que les jeunes nés en Suisse ou de nationalité suisse.

1.4 La situation familiale et économique influence aussi la transition école-travail. Les jeunes vivant avec un seul de leurs parents ou avec une autre personne que leurs parents rencontreraient plus de stress, plus de détresse psychologique et moins de soutien social que les jeunes vivant avec leurs deux parents (Hollingshead et Redlich, 1958, cités par Tousignant, 1988; Kessler, 1979; Mirowsky et Ross, 2003). Les adolescents issus de famille ayant peu de ressources financières auraient un locus of control plus externe que ceux issus d'une famille ayant beaucoup de ressources financières (Pansu *et al.*, 2004). Ils seraient également plus stressés, rencontreraient plus de détresse psychologique et recevraient moins de soutien social que leurs camarades (Hollingshead et Redlich, cités par Tousignant; Kessler; Mirowsky et Ross).

2) Le type de locus of control a un impact sur le stress ressenti face à la transition (Husaini et Neff, 1981; Lefcourt *et al.*, 1981; Lourel, 2006; Lupien, 2010; Parkes, 1984; Weiner, 1979).

2.1 Plus précisément, nous postulons que les adolescents présentant un locus of control externe général et/ou en ce qui concerne l'explication d'une réussite seraient plus sujets au stress que ceux présentant un locus of control interne (Husaini et Neff, 1981; Lefcourt *et al.*, 1981; Lourel, 2006; Lupien, 2010; Parkes, 1984; Weiner, 1979). Cependant, l'explication d'un échec de manière externe protégerait du stress (Lupien).

2.2 Le lien entre locus of control et stress serait partiellement médiatisé d'une part par l'anxiété face à l'avenir professionnel (Lourel 2006; Paquet, 2006, Rossier *et al.*, 2002; Strenna *et al.*, 2009) et d'autre part par l'indécision vocationnelle (Boutinet, 1993; Falardeau-Alain, 2013; Gati *et al.*, 2012; Holland et Holland, 1977; Lacoste *et al.*, 2005; Lease, 2004;

Newman *et al.*, 1999; Rodriguez et Maia, 1998). Le locus of control externe contribuerait à l'augmentation de l'anxiété qui à son tour augmenterait le stress. De même, le locus of control externe contribuerait à l'augmentation de l'indécision vocationnelle qui à son tour augmenterait le stress.

3) Ressentir un niveau de stress élevé a un impact négatif sur la santé psychologique (Ensel et Lin, 1991; Mirowsky et Ross, 2003).

3.1 Plus précisément, l'impact du lien entre le stress ressenti face à la transition et la détresse psychologique (Ensel et Lin, 1991; Mirowsky et Ross, 2003) serait modéré par le soutien social (Cobb, 1976; Cohen et Wills, 1985; Dean et Lin, 1977; Ensels et Lin; Holahan et Moos, 1981; Smith et Hobbs, 1966; Tousignant, 1988).

4) La détresse psychologique contribue à la consommation d'alcool (Conger, 1956; Cooper *et al.*, 1992; Cox et Klinger, 1988; Desbrosse-Baloché, 2000, citée par Strenna *et al.*, 2009).

4.1 Nous postulons que les jeunes en détresse psychologique consommeraient de l'alcool de manière plus excessive et plus fréquemment dans des lieux inappropriés que les jeunes qui ne sont pas en détresse psychologique (Conger, 1956; Desbrosse-Baloché, 2000 citée par Strenna *et al.*, 2009). De plus, les adolescents en détresse psychologique consommeraient de l'alcool dans le but de gérer leur stress (Cooper *et al.*, 1992; Cox et Klinger, 1988).

Chapitre 2: Méthode

2.1 Conditions de l'enquête

Cette étude a été menée en collaboration avec trois mesures de transition, établissements qui accueillent des jeunes libérés de la scolarité obligatoire, mais n'ayant pas réussi à trouver de place d'apprentissage ou à poursuivre des études au secondaire II. Les jeunes dans ces mesures bénéficient de six mois ou d'une année pour parfaire leurs connaissances scolaires, pour acquérir quelques bases de la pratique professionnelle et pour développer les meilleurs comportements à adopter dans le monde professionnel. Durant cette année, les adolescents sont coachés par des psychologues conseillers en orientation, par des enseignants et par des maîtres d'enseignement professionnel afin de pouvoir s'insérer sur le marché de l'emploi au terme de la mesure. Les trois structures ayant participé à l'étude sont le COFoP (Centre d'Orientation et de Formation Professionnelles) à Lausanne, les sites OPTI (Organisme pour le Perfectionnement scolaire, la Transition et l'Insertion professionnelle) de Bussigny, Vevey et Payerne et le SEMO (SEmestre de MOtivation) PreFo (préformation professionnelle) de l'association REPER à Fribourg. Le COFoP comporte trois unités dans lesquelles sont répartis des jeunes qui ont déjà effectué un pré-choix professionnel; Unité Mécanique-Métallurgie (UMM), Unité Service (US), Unité Bâtiments-Construction (UBC), ainsi qu'une unité qui regroupe des jeunes n'ayant pas encore effectué de choix professionnel; l'Atelier d'Orientation Professionnelle (AOP). L'OPTI se compose également de différents Secteurs pour les jeunes ayant choisi une voie professionnelle, ainsi que d'un Secteur d'Appui en orientation et Soutien scolaire (SAS) pour les élèves encore indécis. Les nombreux Secteurs de l'OPTI ne seront pas différenciés ici. Le SEMO PreFo regroupe des jeunes à la recherche d'une formation professionnelle, qu'ils aient déjà un projet professionnel bien défini ou non. Ces différents secteurs et unités seront nommés *classes* dans le reste du travail afin de faciliter la communication.

La récolte des données s'est effectuée en classe durant une période scolaire pour le COFoP et l'OPTI; tous les jeunes présents ont accepté de participer. Pour le SEMO, le responsable a offert des *crédits de formation* aux élèves désirant prendre part à l'étude durant leur temps de formation libre. J'ai été présente à chaque passation afin de pouvoir donner une consigne standardisée et répondre aux questions toujours de la même manière. 347 personnes ont participé à l'étude, mais nous avons dû retirer six questionnaires; les connaissances

linguistiques des participants ne leur permettant pas de le remplir en entier. Finalement, 341 questionnaires valides ont été comptabilisés. Les données ont été traitées de manière anonyme et strictement confidentielle.

2.2 Description de l'échantillon

2.2.1 Sexe

201 garçons et 140 filles ont participé à l'étude. Cette majorité de garçons peut être expliquée par le fait que les jeunes ayant effectué une pré-orientation professionnelle sont regroupés dans la même classe, ce qui en réduit considérablement la mixité. Il existe plus d'options principalement choisies par les garçons, comme les professions du bâtiment et de la mécanique, proposées dans ces établissements. Le tableau 2 décrit la répartition des garçons et des filles selon les classes des différentes mesures de transition.

Tableau 2: Répartition des jeunes dans les classes des différentes mesures de transition selon le sexe.

	COFOP UMM (N=11)	COFOP US (N=16)	COFOP UBC (N=10)	COFOP AOP (N=31)	OPTI SAS (N=47)	OPTI Secteurs (N=216)	SEMO (N=10)	TOTAL (N=341)
Hommes	100%	0%	100%	61.3%	61.7%	57.4%	80%	58.9%
Femmes	0%	100%	0%	38.7%	38.3%	42.6%	20%	41.1%

Note: UMM = Unité Mécanique-Métallurgie. US = Unité Services. UBC = Unité Bâtiments-Construction. AOP = Atelier d'Orientation Professionnelle. SAS = Secteur d'Appui en orientation et Soutien scolaire. Secteurs = les jeunes ont déjà choisi une pré-orientation, mais les différents secteurs n'ont pas été indiqués.

2.2.2 Âge

La moyenne d'âge de notre population est de 16.25 ans avec un écart-type de .81 an. Le plus jeune des participants avait 14 ans et le plus âgé 19 ans.

2.2.3 Nationalité, langue parlée à la maison et lieu de naissance

95 (27.9%) participants sont de nationalité suisse, 88 (25.8%) sont suisses, mais possèdent une seconde nationalité et 158 (46.3%) sont de nationalité étrangère. Pour les personnes de nationalité étrangère 78 (49.1%) possèdent un permis C, 57 (35.8%) un permis B, 13 (8.2%) un autre type de permis et 11 (6.9%) ne savent pas quel type de permis ils possèdent. Ces données nous montrent qu'une grande majorité de notre échantillon a une

situation stable en Suisse. 226 (66.3%) jeunes répondant sont nés en Suisse, alors que 115 (33.7%) sont nés à l'étranger. Pour les personnes nées à l'étranger, elles sont arrivées en Suisse en moyenne à 9.1 ans avec un écart-type de 5 ans. 134 (39.3%) personnes de notre échantillon parlent français à la maison, 102 (29.9%) parlent français et une autre langue et 105 (30.8%) parlent seulement une autre langue. Presque un tiers de notre échantillon ne s'exprime donc pas en français à la maison et près d'un autre tiers parle français et une autre langue à la maison.

2.2.4 Situation familiale et économique

221 (64.8%) participants vivent avec leurs deux parents, 18 (5.3%) avec leur père, 92 (27%) avec leur mère et 10 (2.9%) avec un autre parent ou en foyer. Une majorité vit donc toujours avec ses deux parents.

Afin d'évaluer le niveau de vie des répondants, nous leur avons demandé la profession, la formation et la nationalité de leurs parents. Énormément de jeunes n'étaient pas capables de donner la profession et la formation de leurs parents. Nous avons tout de même retenu ces éléments, mais ils sont à interpréter avec précaution. Nous avons classé les différentes professions selon le premier niveau des Catégories SocioProfessionnelle (CSP) définies par l'Office Fédéral de la Statistique (OFS) en 2011. Ces catégories comprennent les travailleur(euse)s non qualifié(e)s, les ouvrier(ère)s qualifié(e)s, les employé(e)s qualifié(e)s, les professions intermédiaires, les professions intellectuelles et d'encadrement, les autres indépendant(e)s, les professions libérales et les dirigeant(e)s. Afin de condenser les informations, nous allons conserver trois groupes; le premier contient les travailleur(euse)s non qualifié(e)s, le deuxième les ouvrier(ère)s et les employé(e)s qualifié(e)s et le troisième regroupe l'ensemble des autres catégories socioprofessionnelles citées. Les formations des parents ont été réparties selon les catégories suivantes: pas de formation, Certificat Fédéral de Capacités (CFC) ou équivalence, formation tertiaire ou doctorat. La nationalité des parents n'a finalement pas été prise en compte. En effet, nous avons estimé que la nationalité du jeune était plus pertinente que celle de ses parents et un deuxième indicateur ne s'est pas révélé nécessaire.

100 (29.3%) des jeunes interrogés ne connaissent pas la profession de leur père, 18 (5.3%) ont un père qui ne travaille pas, 86 (25.2%) ont un père qui est ouvrier non qualifié, 93 (27.3%) ont un père qui est ouvrier ou employé qualifié et 44 (13.2%) ont un père exerçant

une profession d'une catégorie socioprofessionnelle que nous avons classée dans le troisième groupe. 187 (54.8%) des répondants ne connaissent pas la formation de leur père, 58 (17%) ont un père qui n'a pas de formation, 75 (22%) ont un père qui possède un CFC ou son équivalent, 15 (4.4%) ont un père qui a effectué des études tertiaires et 6 (1.8%) ont un père qui a un doctorat.

84 (24.6%) jeunes ne connaissent pas la profession de leur mère, 58 (17%) ont une mère qui ne travaille pas, 111 (32.6%) ont une mère qui est une travailleuse non qualifiée, 69 (21.2%) ont une mère qui est ouvrière ou employée qualifiée et 19 (5.6%) ont une mère exerçant une profession d'une catégorie socioprofessionnelle que nous avons classée dans le troisième groupe. 179 (52.5%) ne connaissent pas la profession de leur mère, 80 (23.5%) ont une mère qui n'a pas de formation, 67 (19.6%) ont une mère qui possède un CFC ou son équivalent, 15 (4.4%) ont une mère qui a une formation tertiaire et aucun n'a une mère qui a un doctorat.

Ces données permettent de mettre en évidence l'origine socio-économique plutôt basse des jeunes en mesures de transition.

2.3 Instruments

Les différentes échelles constituant le questionnaire utilisé dans cette étude ont été choisies en fonction de la population étudiée. En effet, nous avons privilégié les formes courtes de certaines échelles afin que le questionnaire soit réalisable en 45 minutes (une période d'enseignement) par tous les participants de manière à ce que le temps de concentration demandé ne soit pas trop important et à ce que l'horaire de l'établissement ne soit pas perturbé. Nous avons également uniformisé au maximum les modalités de réponses entre les différentes échelles afin que les répondants n'aient pas à s'habituer à un nouveau mode de réponse à chaque échelle. Nous diminuons ainsi les risques d'incompréhension et de confusion. Une partie des échelles ont donc pour modalités de réponses une échelle de Likert en 4 échelons (1 = non; 2 = plutôt non; 3 = plutôt oui; 4 = oui) et une autre partie une échelle de Likert en 5 échelons (1 = jamais; 2 = rarement; 3 = parfois; 4 = souvent; 5 = toujours). Une exception a été faite pour l'échelle de locus of control dont les modalités de réponses sont une échelle de Likert allant de 1 à 5 (1 = non; 5 = oui) et comportant une dimension neutre. Parfois, nous avons aussi dû donner des précisions supplémentaires, ajoutées entre parenthèses, pour quelques-uns des énoncés qui nous semblaient peu parlant pour la

population interrogée ou trop difficiles au niveau du vocabulaire utilisé. De même, quelques énoncés formulés en double négation ont été reformulés au positif afin de faciliter la compréhension.

2.3.1 Les variables sociodémographiques

Cette partie, qui nous permet de caractériser l'échantillon, est totalement dépourvue de questions sur l'identité des sujets afin de leur permettre de s'exprimer librement, surtout en ce qui concerne leur consommation d'alcool. Nous nous sommes intéressés à l'âge, au sexe, à la nationalité, à la langue parlée à la maison, au lieu de naissance et à l'âge d'arrivée en Suisse pour les personnes nées à l'étranger. Nous nous sommes également intéressés à leur situation familiale et à la profession, à la formation et à la nationalité de leurs parents. Finalement, nous avons demandé aux répondants dans quelle structure ils effectuaient leur année de transition (COFoP, OPTI, SEMO).

2.3.2 Le locus of control

Afin d'évaluer le locus of control, nous avons choisi d'utiliser une version courte de l'échelle IPC de Levenson (1973) validée par Sapp et Harrod (1993). Cette échelle ne nécessite l'utilisation que de trois items par sous-échelle (I-P-C) à la place des huit proposés dans le questionnaire original. Nous avons utilisé la version française des items traduite et validée par Rossier *et al.* (2002). De plus, nous avons modifié le mode de réponse en une échelle de Likert en 5 échelons (1 = non; 5 = oui) à la place des 6 échelons proposés dans la version originale. En ce qui concerne les énoncés de la sous-échelle *autres tout-puissants*, nous avons pris la liberté de préciser ce que l'on entendait par *gens puissants* et *puissants groupes de pression* entre parenthèses en proposant les exemples suivants: *adultes, parents, profs, patrons...* En effet, pour des jeunes de cet âge, ces concepts nous ont semblé peu clairs et un peu éloignés de leurs préoccupations sans cette précision. Dans la suite du document, nous allons nommer ces sous-échelles de la manière suivante: locus externalité, locus chance et locus autres tout-puissants. Dans la version originale de Levenson, la sous-échelle externalité se nommait internalité, mais nous avons pris la liberté de la renommer afin de faciliter les analyses et leur interprétation. En effet, un haut score sur cette sous-échelle indique une tendance à l'externalité, tout comme un haut score sur la sous-échelle chance et autres tout-puissants.

Afin de compléter l'évaluation du locus of control, nous avons ajouté dans notre questionnaire quatre items construits par nos soins sur la base théorique développée par Weiner (1979; 1985). Deux des items demandent aux participants de s'imaginer dans une situation de réussite (une fois scolaire et une fois professionnelle) et les deux autres items dans une situation d'échec (une fois scolaire et une fois professionnel). Il leur est demandé de choisir parmi quatre propositions celle qui décrirait le mieux la manière qu'ils auraient d'expliquer cette réussite ou cet échec. Ces quatre propositions ont été élaborées sur la base de la taxonomie de Weiner que nous avons pris la liberté de simplifier quelque peu. L'auteur propose trois catégories d'attributions causales comportant chacune deux pôles, ce qui représente six attributions causales différentes une fois les catégories croisées. Nous avons sélectionné les catégories qui nous paraissaient les plus pertinentes dans un contexte scolaire et professionnel: interne-stable-incontrôlable, interne-instable-contrôlable, externe-stable-contrôlable, externe-instable-incontrôlable. Afin de simplifier la rédaction nous allons nommer ces items de la manière suivante dans la suite du document: locus réussite scolaire, locus réussite professionnelle, locus échec scolaire et locus échec professionnel. Un haut score sur ces items signifie une tendance à l'attribution externe, que ce soit pour les items *réussite* ou pour les items *échec*.

2.3.3 Le stress

Pour évaluer le stress des participants à l'étude, nous nous sommes inspirés de l'échelle des visages *faces scale* de Kunin (1955). Nous avons demandé aux participants s'ils se sentaient stressés ou détendus ces derniers temps à l'école ou au travail et s'ils se sentaient stressés ou détendus quand ils pensaient à leur avenir professionnel. Les participants devaient indiquer leur degré de stress ou de détente sur une échelle allant de 1 (complètement stressé) à 7 (complètement détendu). Cette échelle représentait des smileys exprimant différents degrés d'insatisfaction (de 1 à 3), un état neutre (4) ou différents degrés de satisfaction (de 5 à 7).

2.3.4 L'anxiété face à l'avenir professionnel

Nous nous sommes intéressés à l'anxiété suscitée par l'avenir scolaire et professionnel de nos participants. Pour évaluer ceci, nous avons utilisé une partie de l'échelle développée par Mallet (1999). En effet, l'échelle originale comportait trois parties et nous n'avons gardé que la partie portant sur l'avenir scolaire et professionnel. Les deux derniers items étaient

formulés en double négation, nous les avons donc reformulés de manière positive, afin d'éviter toute ambiguïté et risque de confusion. Comme les élèves en structure de transition visent plutôt une formation professionnelle que des études, nous avons également simplifié certains items en enlevant la partie de l'énoncé faisant référence aux études. L'échelle originale avait une échelle de Likert en 5 échelons pour modalités de réponses que nous avons transformée en une échelle en 4 échelons (1 = non; 4 = oui) pour les raisons évoquées plus haut.

2.3.5 L'indécision vocationnelle

Nous avons utilisé un questionnaire élaboré par Lacoste *et al.* (2005) afin de découvrir à quelles difficultés d'orientation étaient confrontés les adolescents en structure de transition. Nous considérons que ces difficultés d'orientation forment ce que l'on appelle l'indécision vocationnelle. L'échelle permettait d'identifier si les difficultés étaient dues à une absence de projet professionnel (questions 1 et 10), à des difficultés scolaires ne permettant pas de s'engager dans la voie voulue (questions 2 et 8), à des difficultés économiques (questions 7 et 9), à un manque d'information concernant les possibilités d'orientation (questions 3 et 4), à un manque de soutien de la part de l'entourage (questions 5 et 6) ou à une autre source de stress (question 11). Ici comme pour l'échelle d'anxiété face à l'avenir professionnel, nous avons retiré les parties d'énoncés faisant référence à des études pour ne laisser que celles parlant de formations professionnelles. Nous avons également utilisé quelques synonymes placés entre parenthèses pour définir certains mots de vocabulaire nous paraissant compliqués. Dans la version originale, le choix de réponses était forcé (oui ou non), ici nous avons opté pour une échelle de Likert en 4 échelons allant de 1 à 4 (1 = non; 4 = oui).

2.3.6 Le soutien social

Afin d'évaluer le soutien social perçu de nos participants, nous les avons priés d'indiquer auprès de quelles personnes ils pouvaient demander de l'aide quand ils rencontraient des difficultés liées à leur orientation ou à leur avenir professionnels. Notre liste comportait les personnes suivantes: père, mère, frères et sœurs, professeurs, copains et copines, conseillers/ères en orientation et autres personnes. Le mode de réponse était également une échelle de Licket en 4 échelons (1 = non; 4 = oui). Cette échelle a été construite par Grivat (n.d.) pour son travail de mémoire.

2.3.7 La détresse psychologique

Nous nous sommes intéressés à la détresse psychologique, que nous pourrions aussi appeler humeur dépressive, de nos répondants. Pour ce faire, nous leur avons demandé de répondre à l'échelle de détresse psychologique K6 développée par Kessler *et al.* (2002). Il s'agit d'une version courte de l'échelle K10 des mêmes auteurs qui a été validée empiriquement dans sa version française par Arnaud *et al.* (2010). Les participants étaient priés d'indiquer à quelle fréquence ils se sentent nerveux(se), désespéré(e), agité(e), déprimé(e), fatigué(e) et bon(ne) à rien. Les modalités de réponses étaient une échelle de Lickert allant de 1 à 5 (1 = jamais; 5 = toujours).

2.3.8 La consommation d'alcool

Quatre sous-échelles ont été utilisées pour connaître la consommation d'alcool des jeunes interrogés dans notre étude.

Premièrement, trois questions inspirées de la sous-échelle *prise d'alcool* de The Alcohol Use Disorders Identification Test (AUDIT, instrument de détection de consommation excessive et de dépendance) validé empiriquement en français par Gache *et al.* (2005) ont été posées aux participants dans le but de connaître la fréquence de leur consommation d'alcool, la quantité qu'ils en boivent au cours d'une journée où ils en consomment et la fréquence à laquelle ils en boivent une quantité excessive. Les participants devaient pour chaque question cocher la réponse correspondant le mieux à leur situation personnelle parmi les 5 proposées. Les propositions de réponses variaient pour chacune des questions. Nous appellerons cette sous-échelle consommation d'alcool excessive.

Ensuite, un item leur demandait comment ils s'étaient procuré l'alcool consommé. Ici, les participants pouvaient cocher le nombre de réponses qu'ils voulaient parmi 10 propositions. Nous supposons qu'un accès plus facile à des boissons alcoolisées pourrait augmenter la quantité et la fréquence de consommation.

Troisièmement, nous avons élaboré nous-mêmes deux questions visant à découvrir s'ils avaient déjà consommé de l'alcool avant d'aller en cours/ateliers et avant d'aller en stage et à quelle fréquence. Une réponse positive à ces questions pourrait être signe de dépendance ou du moins de consommation problématique. Une échelle de Lickert en 5 échelons (1 =

jamais; 5 = toujours) servait de modalités de réponses. Nous appellerons cette sous-échelle consommation d'alcool inappropriée.

Finalement, nous avons cherché à connaître les raisons qui poussent nos participants à consommer de l'alcool en utilisant une version courte du DMQ-R (Drinking Motives Questionnaire Revised) qui a été validée empiriquement sur une population suisse par Kuntsche et Kuntsche (2009). Ce questionnaire regroupe les quatre motifs pour consommer de l'alcool découverts par Cox et Klinger (1988): *enhancement*, social, coping et conformité. D'après notre hypothèse, seules les raisons de coping seraient signe de comportements mal adaptés. Le mode de réponse était une échelle de Lickert en 5 échelons (1 = jamais; 5 = toujours) que nous avons modifiée par rapport à l'originale qui ne comportait que 3 échelons.

Chapitre 3: Analyse des résultats

3.1. Validité interne des instruments et tendances générales des réponses

3.1.1 Le locus of control

Pour mettre à l'épreuve la validité interne de la version courte du questionnaire IPC de Levenson, nous avons effectué deux types d'analyses afin de vérifier l'adéquation des items et des échelles de ce questionnaire. Nous avons tout d'abord vérifié l'homogénéité interne des trois sous-échelles du questionnaire à l'aide du coefficient alpha de Cronbach. Nous obtenons un alpha de .54 pour la sous-échelle externalité, de .52 pour la chance et de .65 pour les autres tout-puissants. Ces indices sont satisfaisants, mais quelque peu en dessous de ceux obtenus par les auteurs qui ont validé la version courte de ce questionnaire (Sapp et Harrod, 1993). Ils avaient obtenu un alpha de .58, .65 et .72 respectivement pour ces sous-échelles. Nous avons ensuite effectué une analyse factorielle en composantes principales avec rotation varimax sur les 9 items de l'instrument. L'application du critère de Kaiser permet de retenir trois facteurs qui expliquent 55.38% de la variance. Ces facteurs sont ensuite comparés avec les échelles prédéfinies théoriquement. L'étude des corrélations entre facteurs et sous-échelles permet de confirmer l'adéquation de la structure factorielle de l'instrument.

Tableau 3: Corrélations entre facteurs et sous-échelles de l'IPC de Levenson

	Facteurs		
	I	II	III
1. Locus-externalité	.06	.02	.98**
2. Locus-chance	.16**	.97**	.03
3. Locus-autres puissants	.95**	.21**	.11*

Note: ** = la corrélation est significative au niveau 0.01. // * = la corrélation est significative au niveau 0.05. Cette indication est valable pour tous les tableaux de corrélations rencontrés dans ce document.

Les réponses à l'item 1 et à l'item 3 de l'échelle de Levenson, qui composent la dimension locus chance, présentent une distribution normale. Cependant, les réponses aux autres items présentent tous une légère à forte asymétrie positive, signifiant qu'une majorité des participants a un locus of control interne. Il en va de même pour les quatre items créés par

nos soins sur la base de la théorie de Weiner. Les jeunes présentent majoritairement un locus interne qu'il s'agisse d'expliquer une réussite ou un échec.

3.1.2 Le stress

L'homogénéité de l'échelle de stress est bonne puisque l'alpha de Cronbach est de .75. Les réponses à l'item sur le stress face à l'avenir professionnel suivent la loi normale, alors que les réponses à l'item sur le stress à l'école et/ou au travail tendent à être majoritairement tournées vers la détente. Ceci révèle un stress prononcé quand on fait référence à l'avenir professionnel, mais ce n'est pas le cas quand on parle de stress à l'école ou au travail.

3.1.3 L'anxiété face à l'avenir professionnel

L'homogénéité de l'échelle de Mallet (1999) mesurant l'anxiété face à l'avenir professionnel est bonne puisque l'alpha de Cronbach est de .71, ce qui est comparable à celui de .78 que l'auteur avait obtenu. La distribution des réponses aux items ne suit pas la loi normale, mais il y a une asymétrie négative qui signifie que les jeunes répondants sont majoritairement anxieux face à leur avenir professionnel.

3.1.4 L'indécision vocationnelle

Ici à nouveau, nous avons vérifié l'homogénéité des différentes sous-échelles élaborées théoriquement par le calcul de l'alpha de Cronbach. L'alpha de Cronbach de la sous-échelle *absence de projet* est de .46, celui des *difficultés scolaires* est de .60, celui des *difficultés économiques* est de .46, celui du *manque d'information* de .36. et finalement celui du *manque de soutien* de .44. Bien qu'il ne soit pas possible de trouver des informations sur l'homogénéité de ses différentes sources d'indécision imaginées par Lacoste *et al.* (2005), nos alphas ne sont pas très satisfaisants puisqu'en dessous de .60 pour la plupart. Un alpha global calculé sur l'ensemble des items serait plus concluant, puisqu'il serait de .78. Nous avons ensuite effectué une analyse factorielle en composantes principales avec rotation varimax sur les 11 items afin de voir s'il était possible de regrouper les sous-échelles de manière différente que ce que les auteurs avaient trouvé. L'application du critère de Kaiser permet de ne retenir que trois facteurs au lieu des six imaginés théoriquement (une sixième question regroupait les *autres* sources d'indécision) et d'expliquer 51% de la variance. L'étude des corrélations entre

facteurs et sous-échelle nous a ensuite permis de regrouper les sous-échelles absence de projet, manque d'information et autre source d'indécision ensemble sous le nom *d'indécision liée au manque de projet*, ainsi que les échelles manque de soutien et difficultés économiques ensemble sous le nom de *manque de soutien*. La sous-échelle *difficultés scolaires* correspondant au dernier facteur, nous l'avons gardée telle quelle.

Tableau 4: Corrélations entre facteurs et sous-échelles de l'indécision vocationnelle après regroupement

	Facteurs		
	I	II	III
1. Manque de projet	.89**	.31**	.24**
2. Manque de soutien	.22**	.35**	.88**
3. Difficultés scolaires	.17**	.91**	.09

Nous avons à nouveau calculé les alphas de Cronbach pour ces trois nouvelles sous-échelles et nous obtenons respectivement .69, .58 et .61, ce qui est plus satisfaisant qu'auparavant, mais qui reste moins satisfaisant que l'alpha de l'échelle globale. De plus, les nouvelles sous-échelles corrélant tout de même beaucoup avec les facteurs secondaires nous avons décidé d'également garder l'échelle globale.

Aucun des items de l'échelle d'indécision vocationnelle ne suit la loi normale, mais ils sont tous en légère asymétrie positive. En effet, la majorité des jeunes ne rencontrent pas ou peu d'indécision professionnelle.

3.1.5 L'entourage

L'alpha de Cronbach pour l'ensemble de l'échelle est de .64, ce qui est satisfaisant. Bien qu'il soit utile de connaître si le participant a du soutien de la part de son entourage de manière générale, il nous a paru intéressant de savoir s'il existait des sous-échelles différenciant l'aide apportée par *les professionnels, la famille, les amis et d'autres personnes*. En effet, à l'adolescence, un réseau d'amis importants commence à se créer et le réseau familial est toujours bien présent. Ses deux réseaux sont souvent indépendants l'un de l'autre (Larson, 1983). C'est pourquoi nous avons effectué une analyse factorielle en composantes principales avec rotation varimax sur l'ensemble des items. Le critère de Kaiser suggérait de ne retenir que 2 facteurs permettant d'expliquer 51% de la variance. Cependant, il nous a paru plus pertinent de conserver 4 facteurs, permettant d'expliquer 76% de la variance, comme

nous l'avions supposé théoriquement. L'analyse factorielle laissait entendre que le soutien de la fratrie saturait sur le même facteur que le soutien des amis. Or, l'alpha de Cronbach n'était pas du tout satisfaisant quand nous combinions ces deux items (.35). Nous avons donc laissé le soutien de la fratrie dans la sous-échelle soutien de la famille. Nous obtenons un alpha de Cronbach de .75 pour ce qui est du *soutien professionnel* et de .61 pour ce qui est du *soutien familial* (les deux autres dimensions ne comportent qu'un item). L'étude des corrélations entre facteurs et sous-échelles permet de confirmer l'adéquation de cette structure là de l'instrument.

Tableau 5: Corrélations entre facteurs et sous-échelles du soutien social

	Facteurs			
	I	II	III	IV
1. Soutien famille	.10	.94**	.30**	-.02
2. Soutien amis	.14**	.01	.88**	.18**
3. Soutien professionnel	.99**	.09	.10*	.08
4. Soutien autre	.12*	.03	.10	.97**

Les différentes sous-échelles corrélant tout de même beaucoup avec les facteurs secondaires nous avons décidé d'également garder l'échelle évaluant le soutien social global.

Ici, les réponses extrêmes ont majoritairement été choisies par les répondants. Les réponses intermédiaires permettant aux jeunes d'indiquer s'ils recevaient plus ou moins d'aide de telle ou telle personne ne se sont pas toujours révélées nécessaires. De manière générale, les participants se font plus aider par leur mère, par leurs amis et par les professionnels les entourant que par les autres personnes proposées dans le questionnaire.

3.1.6 La détresse psychologique

L'échelle courte de Kessler K6 a une bonne validité interne. L'alpha de Cronbach est de .71, ce qui est comparable à celui de .76 obtenu de lors d'une étude de validation de ce questionnaire en français (Arnaud *et al.*, 2010). Les items *fatigué* et *nerveux* suivent la loi normale, par contre les autres items sont asymétriques positivement, ce qui signifie ici que les jeunes ne sont plutôt pas en détresse psychologique.

3.1.7 La consommation d'alcool

L'échelle permettant d'évaluer la fréquence et la quantité de la consommation d'alcool présente un alpha de Cronbach de .77 tout comme l'échelle permettant d'évaluer la consommation inappropriée d'alcool. Si nous regardons les fréquences de consommation, nous nous apercevons que 40% des jeunes interrogés ne consomment jamais d'alcool. Ceux qui en consomment boivent généralement plus de 4 verres quand ils en consomment. La fréquence de consommation de plus de 4 verres suit la loi normale, c'est-à-dire que la plupart des jeunes consomment excessivement de l'alcool environ une fois par mois. Comme attendu, une très grande majorité des jeunes ne consomment pas d'alcool avant de se rendre en cours ou en stage. La très grande majorité des répondants ont entre 1 et 5 moyens différents de se procurer de l'alcool sur les 10 proposés.

En ce qui concerne les raisons de la consommation d'alcool, nous avons obtenu un alpha de Cronbach de .80 pour la sous-échelle *enhancement*, de .86 pour la sous-échelle social, de .81 celle de conformité et de .91 pour celle de coping. Ce qui correspond aux résultats obtenus par Kuntsche et Kuntsche (2009) lors de leur étude de validation du questionnaire. Nous avons ensuite effectué une analyse factorielle en composantes principales avec rotation varimax sur l'ensemble de l'échelle. En appliquant le critère de Kaiser, nous gardons 4 facteurs permettant d'expliquer 78% de la variance. Ces facteurs sont ensuite comparés avec les sous-échelles prédéfinies théoriquement. L'étude des corrélations entre facteurs et sous-échelles permet de confirmer l'adéquation de la structure factorielle de l'instrument.

Tableau 6: Corrélations entre les facteurs et les sous-échelles du DMQ-R

	Facteurs			
	I	II	III	IV
1. <i>Enhancement</i>	.13	.31**	.07	.94**
2. Social	.07	.95**	.06	.27**
3. Conformité	.15*	.08	.98**	.07
4. Coping	.98**	.06	.15*	.11

Les sous-échelles de coping et de conformité ont une très forte asymétrie positive, ce qui nous montrent que très peu de jeunes consomment de l'alcool pour ces raisons. Les

sous-échelles d'*enhancement* et de social semblent beaucoup mieux décrire les raisons de la consommation d'alcool des participants.

3.2 Comparaisons entre les groupes

Dans cette partie du travail, nous avons comparé les réponses des participants selon les groupes sociaux auxquels ils appartiennent. Nous avons utilisé les variables sociodémographiques du questionnaire pour diviser notre population en sous-groupes afin de regarder si leurs moyennes sur les échelles et sous-échelles du questionnaire diffèrent de manière significative. Pour tester ceci, nous avons réalisé des analyses de variance en utilisant des ANOVAs à un facteur, auxquelles nous avons ajouté des analyses post hoc de Bonferroni quand il y avait plus de deux groupes à comparer. En effet, les analyses post hoc nous permettent de définir entre quels groupes une différence significative est observée (Gilles *et al.*, 2008). Nous avons également estimé la taille de l'effet à l'aide de l'indice η^2 carré partiel, η^2 , ainsi que la puissance du test statistique à l'aide de l'indice Φ . La puissance du test nous indique la probabilité de rejeter à juste titre l'hypothèse nulle et de conclure que le phénomène observé, dans ce cas une différence entre les moyennes, existe bel et bien (Cohen, 1988). Plus la puissance du test est élevée (proche de 1), plus il y a de chance que la différence observée soit réelle. Pour interpréter la force des valeurs η^2 , nous nous référons aux seuils proposés par Cohen, qui estime qu'un η^2 de .01 correspond à un effet de petite taille, un η^2 de .06 à un effet de taille moyenne et un η^2 de .14 à un effet de grande taille.

Nous avons tout d'abord voulu vérifier notre hypothèse 1 et ses sous-hypothèses à l'aide de ces analyses et également effectuer quelques analyses exploratoires afin de découvrir si des différences intéressantes mériteraient d'être exploitées. Les analyses effectuées étant très nombreuses, nous avons pris la liberté de ne rédiger que les résultats significatifs afin de ne pas allonger inutilement le document.

3.2.1 Comparaisons selon le sexe

Comme nous nous y attendions, des différences entre le stress, la détresse psychologique, l'anxiété face à l'avenir professionnel et l'indécision vocationnelle ont pu être mises en évidence entre garçons et filles. Le tableau ci-dessous les résume.

Tableau 7: ANOVAs évaluant les différences entre les sexes pour le stress, la détresse psychologique, l'anxiété face à l'avenir professionnel et l'indécision vocationnelle

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Stress	1, 339	38.43	.001	1.00	.10
2. Détresse psych.	1, 339	23.31	.001	.99	.06
3. Anxiété	1, 339	14.31	.001	.96	.04
4. Indéc. diff. scol.	1, 339	12.52	.001	.94	.04

Les filles ($M = 8.29$; $SD = 2.46$) sont beaucoup plus stressées que les garçons ($M = 6.61$; $SD = 2.46$). La taille de l'effet est moyenne à grande et la puissance statistique très élevée, ce qui nous indique une différence importante et un très faible risque de se tromper. Les filles ($M = 14.80$; $SD = 3.84$) sont également plus sujettes à la détresse psychologique que les garçons ($M = 12.68$; $SD = 4.10$). Ici aussi, la taille de l'effet est moyenne et la puissance statistique très élevée. Les filles ($M = 12.2$; $SD = 2.47$) sont plus anxieuses que les garçons ($M = 11.05$; $SD = 2.92$) face à leur avenir professionnel. Elles ($M = 4.8$; $SD = 1.68$) ont aussi plus de difficultés à choisir une profession que leurs camarades masculins ($M = 4.13$; $SD = 1.73$), à cause de leur niveau scolaire qu'elles estiment trop bas pour entreprendre certaines formations.

Nous supposons un locus of control plus interne chez les garçons que chez les filles; des différences significatives ont été observées sur deux sous-échelles.

Tableau 8: ANOVAs évaluant les différences entre les sexes pour le locus of control

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Réussite scol.	1, 339	4.43	.036	.55	.01
2. Locus-chance	1, 339	7.88	.005	.79	.02

Les filles ($M = 1.98$; $SD = .95$) expliquent plus leurs réussites scolaires par des facteurs externes que les garçons ($M = 1.77$; $SD = .89$). Les filles ($M = 8.25$; $SD = 2.25$) croient plus à l'intervention de la chance dans les événements qu'elles vivent que les garçons ($M = 7.51$; $SD = 2.47$).

Nous avons aussi comparé la moyenne des garçons et des filles sur l'échelle de soutien social dont le tableau ci-dessous résume les différences.

Tableau 9: ANOVAs évaluant les différences entre les sexes pour le soutien social

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Soutien prof.	1, 339	5.77	.017	.66	.02
2. Soutien amis	1, 339	5.84	.016	.67	.02
3. Soutien général	1, 339	3.28	.071	-	-

Les filles ($M = 6.78$; $SD = 2.34$) disent avoir plus de soutien de la part des professionnels qui les entourent que les garçons ($M = 5.15$; $SD = 1.98$). Les filles ($M = 4.77$; $SD = 1.83$) ont plus de soutien de la part de leurs amis que les garçons ($M = 2.28$; $SD = 1.82$). Les filles ($M = 17.50$; $SD = 2.56$) tendent également à avoir plus de soutien de manière générale que les garçons ($M = 16.60$; $SD = 4.55$), mais les résultats ici ne sont pas significatifs.

Le tableau suivant présente les différences entre garçons et filles concernant la consommation d'alcool.

Tableau 10: ANOVAs évaluant les différences entre les sexes pour la consommation d'alcool

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Consom. inapp.	1, 203	5.45	.020	.64	.03
2. Social	1, 203	4.78	.030	.58	.02
3. Coping	1, 203	9.20	.003	.85	.04

Les garçons ($M = 2.53$; $SD = 1.43$) ont plus tendance à consommer de l'alcool dans des lieux inappropriés que les filles ($M = 2.16$; $SD = .45$). Les garçons ($M = 9.52$; $SD = 3.75$) consomment plus pour des raisons sociales que les filles ($M = 8.37$; $SD = 3.65$). Concernant la consommation d'alcool pour des raisons de coping, ce sont les filles ($M = 6.29$; $SD = 3.59$) qui consomment plus pour cette raison que les garçons ($M = 4.92$; $SD = 2.88$).

3.2.2 Comparaisons selon l'âge

Comme l'âge est une variable numérique, nous avons réalisé ici des corrélations et non des ANOVAs pour comparer nos groupes. Comme nous l'avions énoncé dans nos hypothèses, plus les répondants sont âgés et plus ils sont anxieux quant à leur avenir professionnel ($r = .11$; $p < .05$). Nous découvrons aussi que plus les participants sont âgés, plus ils déclarent pouvoir compter sur des professionnels pour les aider dans leur choix professionnel et leur recherche d'apprentissage ($r = .11$; $p < .05$).

3.2.3 Comparaisons selon la nationalité, la langue et le lieu de naissance

Nous obtenons un certain nombre de différences sur les échelles du questionnaire quand nous séparons notre population par nationalité, par langue ou par lieu de naissance.

Tout d'abord, nous observons des différences sur l'échelle d'indécision vocationnelle.

Tableau 11: ANOVA évaluant les différences selon la nationalité pour l'indécision vocationnelle

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Indéc. diff. scol.	2, 338	7.41	.030	.94	.04

Nous remarquons que les jeunes de nationalité étrangère ($M = 4.79$; $SD = 1.69$) sont plus indécis à cause de leurs difficultés scolaires que les jeunes de double nationalité ($M = 4.09$; $SD = 1.75$) et que les jeunes suisses ($M = 4.07$; $SD = 1.70$). Nous notons ici un effet de taille moyenne.

Tableau 12: ANOVA évaluant les différences selon la langue parlée à la maison pour l'indécision vocationnelle

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Indéc. diff. scol.	2, 338	4.81	.009	.79	.03

Une différence entre la langue parlée à la maison et l'indécision vocationnelle liée aux difficultés scolaires est également mise en évidence. En effet, les jeunes parlant français à la maison ($M = 4.08$; $SD = 1.65$) sont moins influencés par leurs difficultés scolaires dans leur choix professionnel que les jeunes qui ne parlent pas français ($M = 4.77$; $SD = 1.75$).

Tableau 13: ANOVAs évaluant les différences selon le lieu de naissance pour les difficultés d'orientation

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Indéc. globale	2, 338	4.34	.038	.50	.013
2. Indéc. diff. scol.	2, 338	4.88	.028	.60	.014
3. Indéc. soutien	2, 338	4.14	.042	.528	.012

Les jeunes nés en Suisse ($M = 21.46$; $SD = 6.15$) rencontrent moins de difficultés d'orientation globale que les jeunes nés à l'étranger ($M = 22.93$; $SD = 6.12$). En effet, ils ($M = 4.26$; $SD = 1.75$) rencontrent moins de difficultés d'orientation liées à leurs difficultés scolaires que ces derniers ($M = 4.70$; $SD = 1.69$). De plus, les jeunes nés en Suisse ($M = 7.53$; $SD = 2.61$) bénéficient de plus de soutien de leur entourage que leurs camarades nés à l'étranger ($M = 8.16$; $SD = 2.91$). Plus les jeunes migrants sont arrivés tard en Suisse et plus ils ont des difficultés d'orientation globale ($r = .27$; $p < .01$). Ces difficultés sont aussi liées au manque de projet ($r = .26$; $p < .01$) et au manque de soutien ($r = .25$; $p < .01$).

Nous obtenons ensuite des différences sur quelques-unes des sous-échelles de locus.

Tableau 14: ANOVA évaluant les différences selon la nationalité pour le locus of control

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Locus-autres	2, 338	4.43	.013	.76	.03

Une différence sur la sous-échelle locus autres tout-puissants s'est révélée significative quand nous séparons la population selon la nationalité. Il ressort que les Suisses ($M = 6.59$; $SD = 2.78$) croient moins à l'influence des gens puissants dans leur vie que les jeunes de nationalité étrangère ($M = 7.6$; $SD = 2.77$).

Tableau 15: ANOVAs évaluant les différences selon le lieu de naissance pour le locus of control

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Échec prof.	1, 339	5.64	.018	.65	.02
2. Échec scol.	1, 339	3.46	.064	-	-

L'échec professionnel est expliqué de manière plus externe par les jeunes nés en Suisse ($M = 2.4$; $SD = 1.09$) que par les jeunes nés à l'étranger et ayant connu la migration ($M = 2.11$; $SD = 1.0$). Une différence non significative, mais qui tend dans le même sens a été observée concernant l'explication de l'échec scolaire; les jeunes nés en Suisse ($M = 1.97$; $SD = .76$) l'expliquent de manière plus externe que les jeunes nés à l'étranger ($M = 1.92$; $SD = .75$).

Le lieu de naissance influence aussi l'anxiété ressentie face à l'avenir professionnel.

Tableau 16: ANOVA évaluant les différences selon le lieu de naissance pour l'anxiété face à l'avenir professionnel

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Anxiété	1, 339	4.32	.038	.55	.01

Les personnes nées en Suisse ($M = 11.30$; $SD = 2.93$) sont moins anxieuses que les personnes nées à l'étranger ($M = 11.96$; $SD = 2.47$). En outre, plus les jeunes migrants sont arrivés en Suisse tardivement, plus ils sont anxieux face à leur avenir professionnel ($r = .19$; $p < .05$). Nous avons également fait l'hypothèse que les personnes de nationalités étrangères ou nées à l'étranger seraient plus stressées et plus en détresse psychologique que les personnes de nationalité suisse ou nées en Suisse, mais cela ne semble pas être le cas.

Quelques différences quant à la consommation d'alcool apparaissent aussi.

Tableau 17: ANOVA évaluant les différences selon la nationalité pour la consommation d'alcool

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Conformité	2, 202	5.56	.004	.85	.05

Les jeunes étrangers ($M = 4.02$; $SD = 2.26$) boivent plus pour des raisons de conformité que les jeunes suisses ($M = 43.30$; $SD = .77$).

Tableau 18: ANOVA évaluant les différences selon le lieu de naissance pour la consommation d'alcool

	df	f	p	Φ	η^2
1. Consom. excès.	1, 203	10.30	.002	.89	.05
2. Coping	1, 203	8.96	.003	.84	.04

De même, les jeunes nés à l'étranger ($M = 4.12$; $SD = 2.28$) consomment plus d'alcool pour des raisons de conformité que les jeunes nés en Suisse ($M = 3.35$; $SD = 1.13$). Nous découvrons également que les jeunes migrants ($M = 6.49$; $SD = 3.93$) consomment plus d'alcool pour des raisons de coping que les jeunes suisses ($M = 5.05$; $SD = 2.81$).

Finalement, contrairement à ce que l'on avait postulé théoriquement, nous n'obtenons pas de différences significatives en ce qui concerne le soutien social quand nous séparons notre population selon la nationalité, la langue parlée à la maison ou le lieu de naissance. Nous notons tout de même que plus un jeune migrant est arrivé tard en Suisse, plus il dit pouvoir compter sur l'aide de professionnels ($r = .18$; $p < .01$).

3.2.4 Comparaisons selon la situation familiale

Plusieurs différences significatives ont pu être mises en évidence entre les jeunes vivant avec leurs deux parents et ceux vivant uniquement avec leur mère. Aucune différence entre d'autres groupes (jeunes vivant avec leur père ou jeunes vivant avec un autre parent ou en foyer) ont ne sont ressorties.

Tableau 19: ANOVAs évaluant les différences entre les jeunes vivant avec leurs deux parents et les jeunes vivant seulement avec leur mère sur plusieurs variables

	df	f	p	Φ	η^2
1. Locus - chance	3, 337	3.60	.014	.79	.03
2. Indéc. globale	3, 337	3.68	.035	.80	.03
3. Soutien famille	3, 337	8.08	< .001	.98	.06
4. Détresse psych.	3, 337	5.14	.009	.92	.04
5. Consom. excès.	3, 337	3.91	.002	.82	.03

Les adolescents vivant avec leurs deux parents ($M = 5.55$; $SD = 2.08$) rapportent plus de soutien de la part de la famille que les adolescents vivant uniquement avec leur mère ($M = 4.57$; $SD = 1.55$). Ici la taille de l'effet est moyenne et la puissance statistique élevée, ce qui indique une différence importante. Les jeunes vivant uniquement avec leur mère ($M = 8.46$;

$SD = 2.53$) croient plus à l'influence de la chance dans leur vie que les jeunes vivant avec leurs deux parents ($M = 7.51$; $SD = 2.35$). De plus, les adolescents vivant uniquement avec leur mère ont un plus haut score sur l'échelle de détresse psychologique ($M = 14.90$; $SD = 3.80$) que les adolescents qui vivent avec leurs deux parents ($M = 12.98$; $SD = 4.21$). Ces derniers ($M = 7.61$; $SD = 2.80$) semblent rencontrer moins d'indécision vocationnelle que les jeunes vivant seulement avec leur mère ($M = 7.79$; $SD = 2.52$). Les jeunes vivant uniquement avec leur mère ($M = 8.79$; $SD = 2.86$) consomment plus d'alcool que les jeunes vivant avec leurs deux parents ($M = 7.62$; $SD = 2.86$).

3.2.5 Comparaisons selon la situation économique

Nous avons utilisé la profession et la formation des deux parents comme indice mesurant l'origine sociale. Nous pensions que les jeunes d'origines modestes auraient un locus of control plus externe, qu'ils ressentiraient plus de stress et de détresse psychologique et qu'ils recevraient moins de soutien social que les jeunes issus de familles aisées. Cependant, nous n'avons obtenu aucun résultat significatif.

Il ressort néanmoins qu'il y a une différence entre le niveau d'anxiété face à l'avenir professionnel selon l'origine sociale.

Tableau 20: ANOVA évaluant les différences selon la situation économique pour l'anxiété

	df	f	p	Φ	η^2
1. Anxiété	4, 336	3.39	.010	.85	.04

Les jeunes avec un père exerçant une profession allant de la classe professionnelle *profession intermédiaire* à *dirigeant* ($M = 10.29$; $SD = 3.28$) sont moins anxieux que ceux qui ne connaissent pas la profession de leur père ($M = 11.97$; $SD = 2.73$) et que ceux qui ont un père exerçant un travail non qualifié ($M = 11.88$; $SD = 2.41$).

3.2.6 Comparaisons selon la classe

Nous avons également cherché à savoir s'il existait des différences entre les classes des différentes mesures de transition. Nous obtenons des différences significatives en ce qui concerne les difficultés d'orientation, ce qui était attendu, puisque les jeunes sont répartis selon ce critère dans les classes en début d'année. Ce critère semble rester valide quelques mois après la rentrée; la récolte des données ayant eu lieu en novembre-décembre.

Tableau 21: ANOVAs évaluant les différences entre les classes pour les difficultés d'orientation

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Indéc. globale	4, 336	8.17	< .001	.998	.089
2. Indéc. soutien	4, 336	5.33	< .001	.972	.060
3. Indéc. projet	4, 336	8.23	< .001	.999	.089

En ce qui concerne l'orientation globale, nous constatons que les élèves du CHARTEM ($M = 19.64$; $SD = 5.36$) et les élèves de l'OPTI Secteurs ($M = 21.25$; $SD = 6.13$) sont moins indécis que ceux de l'OPTI SAS ($M = 26.08$; $SD = 4.79$). Les élèves du CHARTEM ($M = 6.78$; $SD = 2.34$) et ceux de l'OPTI Secteurs ($M = 7.54$; $SD = 2.77$) manquent moins de soutien que ceux de l'OPTI SAS ($M = 9.25$; $SD = 2.33$). Concernant les difficultés d'orientation liées au projet incertain, les élèves du CHARTEM ($M = 8.64$; $SD = 2.68$) et ceux de l'OPTI Secteurs ($M = 9.38$; $SD = 3.15$) sont moins indécis que ceux de l'OPTI SAS ($M = 11.82$; $SD = 2.99$) et que ceux de l'AOP ($M = 10.83$; $SD = 3.14$).

Le tableau suivant résume les autres différences significatives observées selon la classe dans laquelle les jeunes se trouvent.

Tableau 22: ANOVAs évaluant les différences entre les classes sur d'autres variables

	<i>df</i>	<i>f</i>	<i>p</i>	Φ	η^2
1. Locus- autres	4, 336	3.69	.020	.82	.04
2. Conformité	4, 200	4.89	.002	.95	.09
3. Coping	4, 200	4.74	.005	.94	.09

Les jeunes du CHARTEM ($M = 6.35$; $SD = 2.67$) et les jeunes des Secteurs de l'OPTI ($M = 6.96$; $SD = 2.73$) croient moins à l'influence des gens puissants dans leur quotidien que les jeunes de l'OPTI SAS ($M = 8.38$; $SD = 2.64$). Les jeunes des classes OPTI SAS ($M = 4.69$; $SD = 2.83$) consomment plus d'alcool pour des raisons de conformité que les jeunes des classes CHARTEM ($M = 3.36$; $SD = 1.22$) et que les jeunes des classes Secteurs de l'OPTI ($M = 3.34$; $SD = 1.2$). De même, les jeunes de l'OPTI SAS ($M = 7.84$; $SD = 3.61$) consomment plus pour des raisons de coping que les jeunes du CHARTEM ($M = 5.28$; $SD = 2.96$) et de l'OPTI Secteurs ($M = 4.96$; $SD = 2.85$).

3.3 Liens entre les variables

Il s'agit dans cette partie du travail d'étudier les liens entre nos différentes variables afin de vérifier pas à pas le modèle que l'on a imaginé théoriquement. Effectivement, il n'est statistiquement pas possible de vérifier l'adéquation de ce modèle d'un seul bloc, c'est

pourquoi nous le séparons en trois parties, selon trois des quatre hypothèses principales que nous avons élaborées, à savoir les hypothèses 2, 3 et 4.

3.3.1 Liens entre locus of control, stress, anxiété face à l'avenir professionnel et indécision vocationnelle

Pour pouvoir tester nos hypothèses à propos du locus of control, du stress, de l'anxiété face à l'avenir professionnel et de l'indécision vocationnelle, nous avons tout d'abord effectué des corrélations de Pearson afin de vérifier l'existence de liens entre ces variables. Le tableau ci-dessous présente les résultats de ces corrélations.

Tableau 23: Corrélations entre les sous-échelles de locus, le stress, l'anxiété face à l'avenir professionnel et les sous-échelles d'indécision vocationnelle

[illegible]

Premièrement, ces résultats montrent que les adolescents ayant un locus of control externe sur les trois sous-échelles de Levenson ou sur les items réussite scolaire et réussite professionnelle ont également un haut score sur l'échelle de stress. Les items échec scolaire et échec professionnel ne corrélaient pas avec le stress ni positivement, ni négativement. Un locus of control externe sur les sous-échelles chance et autres tout-puissants et sur les deux items de réussite corrélaient avec un score élevé d'anxiété face à l'avenir professionnel. Les jeunes ayant un locus of control externe sur les trois sous-échelles de Levenson et sur les deux items de réussite sont de manière générale les plus indécis, bien que le locus-externalité et le locus réussite scolaire ne corrélaient pas avec toutes les sous-échelles de l'indécision vocationnelle. Nous constatons encore qu'un niveau d'anxiété élevé, ainsi qu'un niveau d'indécision vocationnelle élevé corrélaient avec un niveau de stress élevé.

Ces corrélations vont dans le sens de nos hypothèses et nous permettent de passer à l'étape suivante des analyses. Il s'agit maintenant d'effectuer des régressions linéaires simples sur les corrélations significatives que nous avons trouvées afin de vérifier le sens du lien de causalité entre nos variables. En effet, la régression a l'avantage sur la corrélation d'exprimer une liaison dirigée entre les variables. C'est-à-dire que la variable dépendante va varier en fonction de la variable indépendante (Gilles, 2008). Pour la suite des analyses, nous n'avons gardé que le score d'indécision globale. En effet, ce score résume bien les sous-échelles et simplifie considérablement les analyses et leur interprétation.

Les résultats suivants visent à prédire le stress par les différentes sous-échelles de locus of control, par l'anxiété et par l'indécision vocationnelle. Attention, il ne s'agit pas de régressions linéaires multiples, mais bien de différentes régressions linéaires simples.

Tableau 24: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la dimension du stress

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Locus-externalité	.20	3.83	< .001	.04
2. Locus-autres	.30	5.85	< .001	.09
3. Locus-chance	.25	4.90	< .001	.06
4. Réussite scol	.10	2.00	.046	.01
5. Réussite prof.	.18	3.39	.001	.03
6. Anxiété	.53	11.52	< .001	.28
7. Indécision globale	.31	6.01	< .001	.09

Nous constatons que toutes les variables testées contribuent significativement à l'explication du stress. L'anxiété face à l'avenir professionnel est celle qui y contribue le plus, puisqu'elle permet d'expliquer 28% de la variance du stress. Les autres y contribuent dans une moindre mesure, en effet elles expliquent entre 1% et 9% de la variance du stress, cependant, ces résultats restent significatifs.

Les analyses présentées dans le tableau ci-dessous visent à prédire l'anxiété face à l'avenir professionnel par les différentes sous-échelles du locus of control avec lesquelles elle corrèle.

Tableau 25: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la dimension anxiété face à l'avenir professionnel

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Locus-autres	.25	4.80	< .001	.06
2. Locus-chance	.27	5.18	< .001	.07
3. Réussite scol.	.20	3.90	< .001	.04
4. Réussite prof.	.16	3.04	.002	.02

Toutes les sous-échelles analysées contribuent à l'explication de l'anxiété face à l'avenir professionnel de manière significative. Une fois encore le pourcentage de variance expliquée par les variables est assez faible puisqu'il varie entre 2% et 7%.

Les résultats des analyses visant à prédire l'indécision vocationnelle par nos différentes sous-échelles de locus of control sont présentées ci-dessous.

Tableau 26: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la dimension indécision vocationnelle

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Locus-autres	.29	5.57	< .001	.08
2. Locus-chance	.39	7.94	< .001	.15
3. Réussite scol.	.10	2.01	.04	.01
4. Réussite prof.	.30	5.88	< .001	.09

Le locus chance est la sous-échelle qui explique le plus de variance de l'indécision vocationnelle puisqu'elle en explique 15%. Les autres sous-échelles expliquent entre 1% et 8% de variance, mais ces résultats restent très significatifs.

Toutes les régressions obtenues sont significatives, bien que le pourcentage de variance expliquée par nos variables soit, de manière générale, assez faible. Cela nous permet donc de poursuivre avec l'étape d'analyse suivante qui va être de vérifier nos modèles de médiation imaginés théoriquement.

Une médiation, c'est quand la relation entre une variable indépendante, que l'on appelle aussi prédicteur, et une variable dépendante, que l'on nomme aussi résultat, peut être expliquée par leur relation à une autre variable que l'on appelle variable médiatrice ou médiateur. Sur la figure 3 ci-dessous, nous observons une relation simple entre un prédicteur et un résultat, la relation c . Sur la figure 4 ci-après, nous voyons ces deux variables reliées de manière spécifique à une troisième variable. Le prédicteur prédit aussi le médiateur par la flèche a et le médiateur prédit le résultat par la flèche b . Il y a médiation si la force de la relation c' est plus faible que la relation c , puisqu'une partie de la variance du résultat est expliquée par le médiateur et diminue donc l'effet du prédicteur. Si la relation c' est non significative, cela signifie qu'il y a une médiation totale, si elle diminue mais reste significative, il s'agit d'une médiation partielle (Field, 2013). Historiquement, un modèle de médiation était testé par une série de régressions (Baron et Kenny, 1986). Il s'agissait de tester les quatre conditions de la médiation. Tout d'abord le prédicteur doit significativement prédire le résultat. Ensuite, le prédicteur doit significativement prédire la variable médiatrice. La variable médiatrice doit ensuite prédire significativement le résultat. Finalement, quand la variable prédictrice et la variable médiatrice sont intégrées ensemble dans le modèle, la relation c' doit être moins forte que la relation c . Cette méthode reste à l'heure actuelle très utilisée. Cependant, Field propose une méthode plus fiable et très facile d'utilisation grâce à l'avancée des programmes informatiques. Cette méthode nécessite l'utilisation du package PROCESS dans SPSS. Ce package est téléchargeable gratuitement et simplement sur le site suivant: <http://www.afhayes.com>. Dans un premier temps, il s'agit bien sûr de s'assurer de la significativité des liens a et c , puis que c' , l'effet direct, indique un lien plus faible que c , l'effet total. Ensuite, il suffit d'observer le coefficient de régression pour l'effet indirect et son intervalle de confiance, ainsi que la taille de l'effet. L'effet indirect est simplement la combinaison de la relation a et de la relation b . Si le 0 n'est pas compris dans l'intervalle de confiance du coefficient pour l'effet indirect, nous pouvons être sûrs de la présence d'un effet médiateur.

Figure 3: Relation simple entre prédicteur et résultat

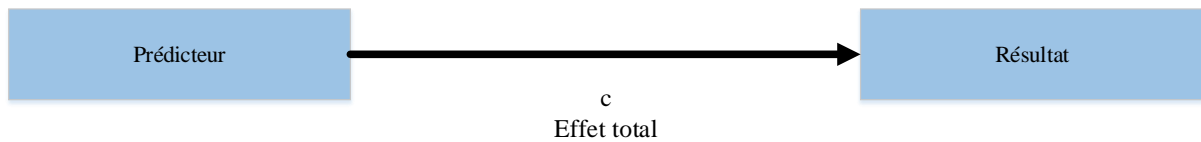
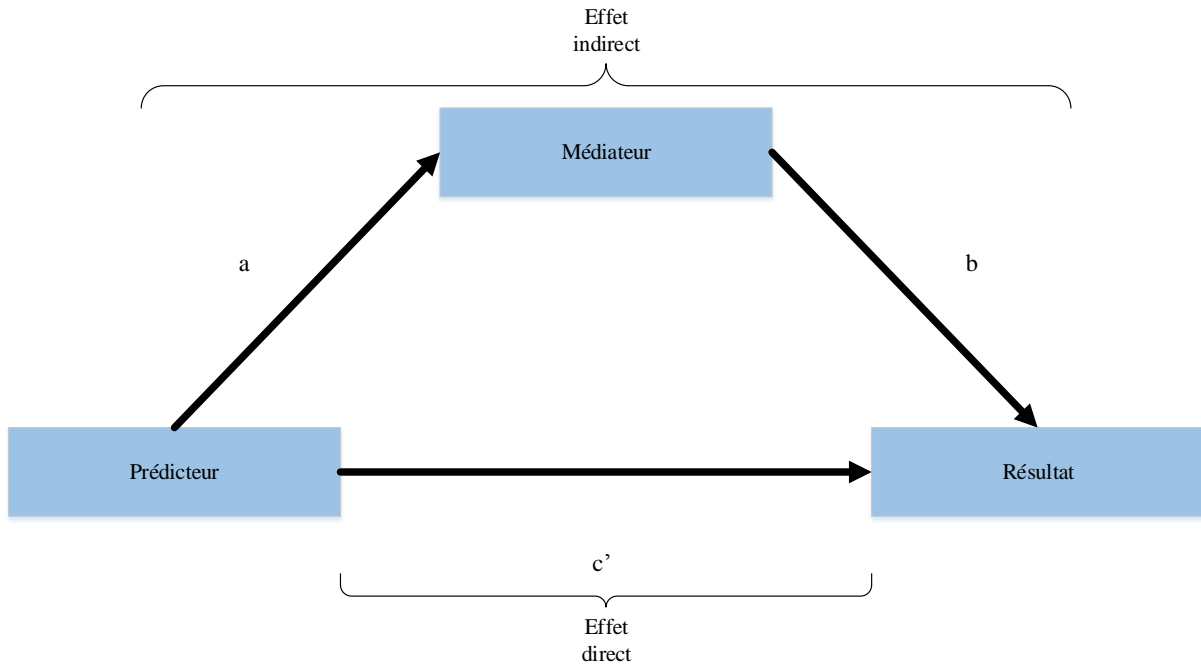
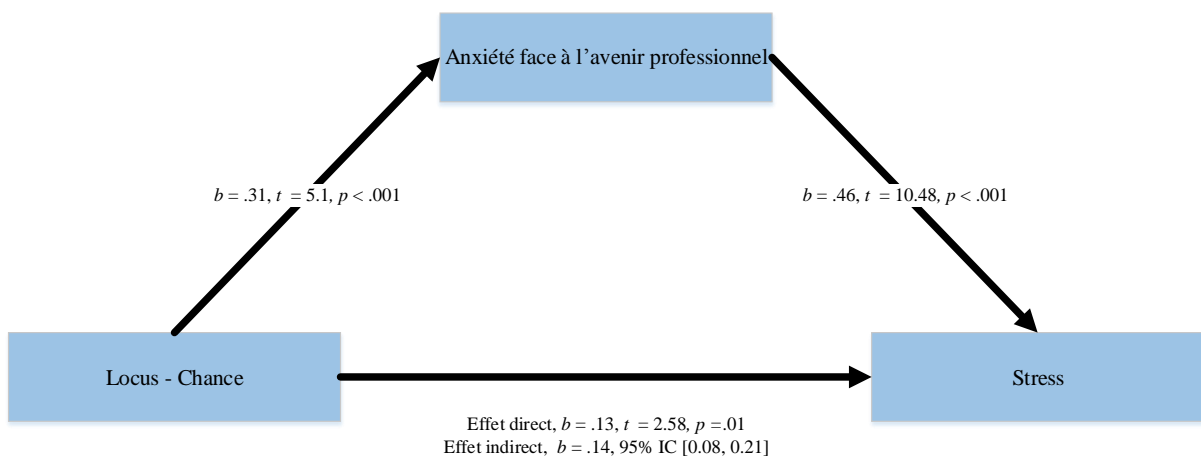


Figure 4: Relation de médiation entre prédicteur, médiateur et résultat.

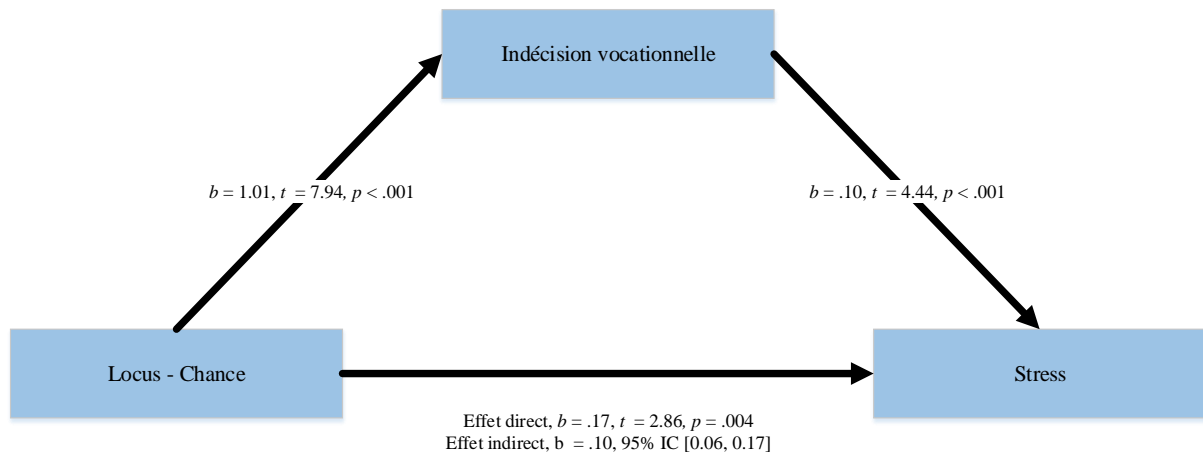


Premièrement, nous avons testé l'effet médiateur de l'anxiété face à l'avenir professionnel entre le locus chance et le stress.



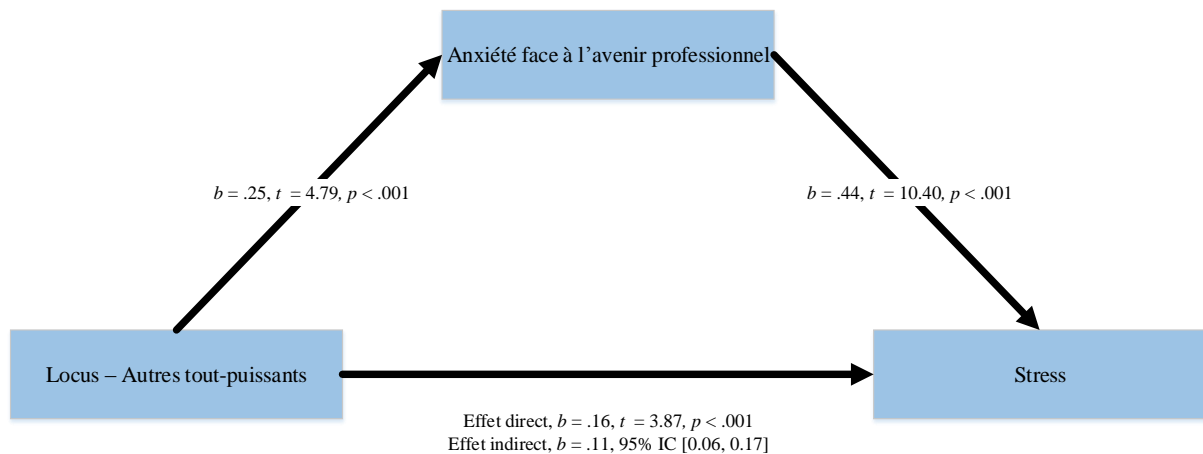
Le locus chance prédit l'anxiété face à l'avenir professionnel $b = .31, t = 5.1, p < .001$, et permet d'expliquer 7% ($R^2 = .07$) de la variance de l'anxiété. Le locus chance prédit significativement le stress $b = .27, t = 4.9, p < .001$ et explique 6% de la

variance de celui-ci ($R^2 = .06$) quand la variable anxiété face à l'avenir professionnel n'est pas présente dans le modèle. Le locus chance prédit le stress, malgré la présence de l'anxiété face à l'avenir professionnel dans le modèle $b = .13$, $t = 2.58$, $p = .01$, mais la relation est moins élevée. L'anxiété prédit également le stress $b = .46$, $t = 10.48$, $p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 29% de la variance du stress ($R^2 = .29$). Il y a un effet indirect significatif du locus chance sur le stress par l'anxiété face à l'avenir professionnel, $b = .14$, 95% IC [0.08, 0.21]. Il s'agit d'une médiation partielle. Comme notre intervalle de confiance ne comporte pas le 0, nous pouvons être sûrs de l'existence de l'effet médiateur de l'anxiété entre le locus chance et le stress. La taille de l'effet étant de $k^2 = .14$, 95%, IC [0.08, 0.20], cela signifie que l'effet indirect est d'environ 14% du maximum qu'il aurait pu être. Nous pourrions donc intégrer d'autres variables médiatrices. C'est ce que nous avons fait avec les difficultés d'orientation.

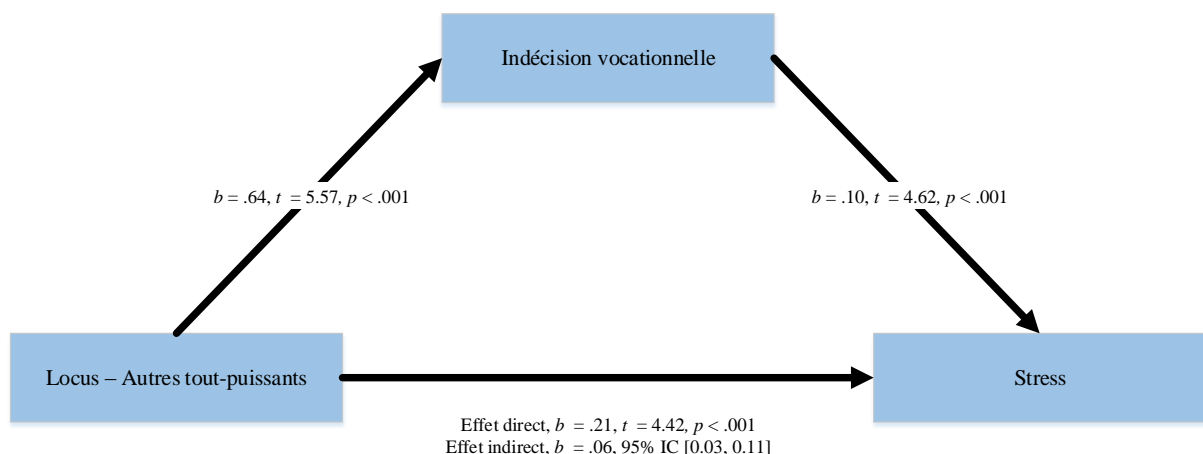


Le locus chance prédit les difficultés d'orientation $b = 1.01$, $t = 7.94$, $p < .001$ et en explique 15% ($R^2 = .15$) de la variance. Le locus chance prédit significativement le stress $b = .27$, $t = 4.9$, $p < .001$ et explique 6% de la variance de celui-ci ($R^2 = .06$) quand la variable indécision vocationnelle n'est pas présente dans le modèle. Le locus chance prédit le stress, malgré la présence des difficultés d'orientation dans le modèle $b = .17$, $t = 2.86$, $p = .004$, mais la relation est moins élevée. L'indécision prédit également le stress $b = .10$, $t = 4.44$, $p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 11% de la variance du stress ($R^2 = .11$). Il y a un effet indirect significatif du locus chance sur le stress par l'indécision vocationnelle $b = .10$, 95% IC [0.06, 0.17]. Il s'agit d'une médiation partielle. La taille de l'effet est de $k^2 = .09$, 95%, IC [0.05, 0.14], cela signifie que l'effet indirect est d'environ 9% de ce qu'il aurait pu être au maximum. C'est assez faible et nous pourrions donc intégrer d'autres variables encore.

Nous avons ensuite testé l'effet médiateur de l'anxiété face à l'avenir professionnel entre le locus autres tout-puissants et le stress.

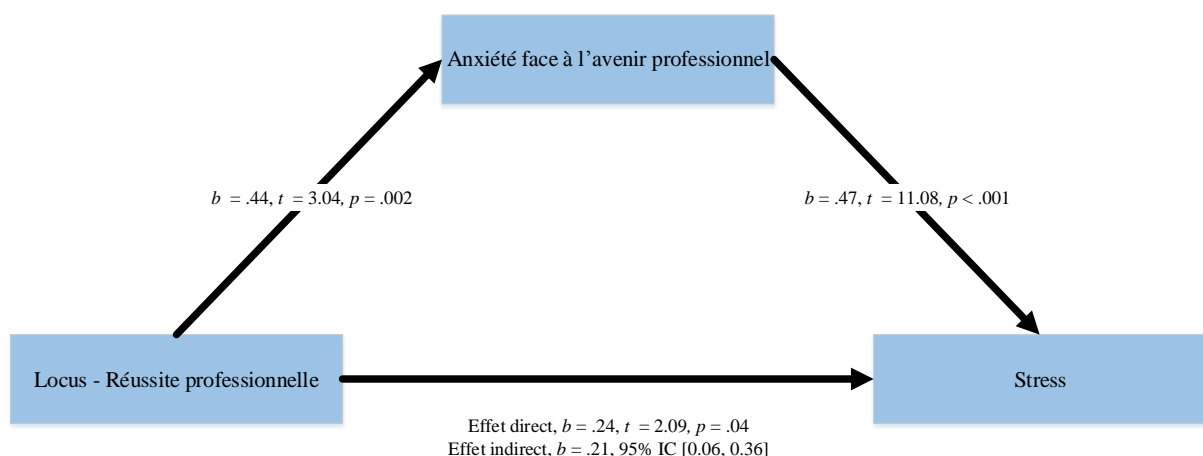


Le locus autres tout-puissants prédit l'anxiété face à l'avenir professionnel $b = .25, t = 4.79, p < .001$ et explique environ 6% ($R^2 = .06$) de la variance de cette variable. Le locus autres tout-puissants prédit significativement le stress $b = .28, t = 5.84, p < .001$ et explique 9% de la variance de celui-ci ($R^2 = .09$) quand la variable anxiété n'est pas présente dans le modèle. Le locus autres tout-puissants prédit le stress, malgré la présence de l'anxiété face à l'avenir professionnel $b = .16, t = 3.87, p < .001$, mais la relation est moins élevée. L'anxiété prédit également le stress $b = .44, t = 10.40, p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 31% de la variance du stress ($R^2 = .31$). Nous avons trouvé un effet indirect significatif du locus autres tout-puissants sur le stress par l'anxiété $b = .11, 95\% \text{ IC } [0.06, 0.17]$. Il s'agit aussi d'une médiation partielle. La taille de l'effet est de $k^2 = .12, 95\%, \text{ IC } [0.07, 0.19]$, cela signifie que l'effet indirect représente 12% de ce qu'il aurait pu être au maximum. Nous pourrions donc intégrer d'autres variables. C'est ce que nous avons fait avec l'indécision vocationnelle.



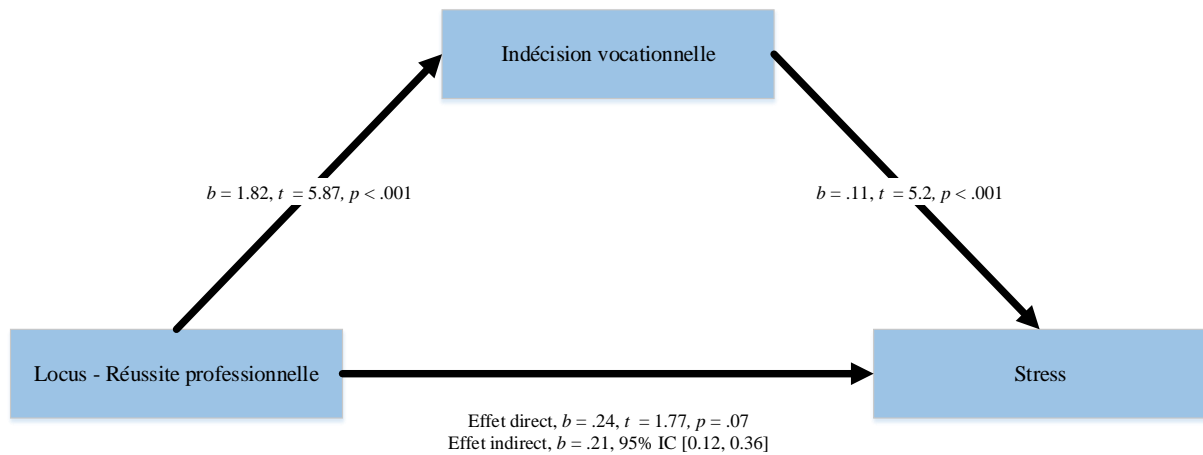
Le locus autres tout-puissants prédit les difficultés d'orientation $b = .64, t = 5.57, p < .001$ et explique environ 8% ($R^2 = .08$) de la variance de cette variable. Le locus autres tout-puissants prédit significativement le stress $b = .28, t = 5.84, p < .001$ et explique 9% de la variance de celui-ci ($R^2 = .09$) quand la variable indécision vocationnelle n'est pas présente dans le modèle. Le locus autres tout-puissants prédit le stress, malgré la présence des difficultés d'orientation dans le modèle $b = .21, t = 4.42, p < .001$, mais la relation est moins élevée. L'indécision prédit également le stress $b = .10, t = 4.62, p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 14% de la variance du stress ($R^2 = .14$). L'effet indirect du locus of control autres tout-puissants sur le stress par l'indécision vocationnelle est significatif, $b = .06, 95\% \text{ IC } [0.03, 0.11]$. C'est une médiation partielle. La taille de l'effet est de $k^2 = .07, 95\%, \text{ IC } [0.04, 0.11]$, cela signifie que l'effet indirect est de 7% du maximum qu'il aurait pu être.

Nous avons ensuite testé l'effet médiateur de l'anxiété face à l'avenir professionnel entre le locus réussite professionnelle et le stress.



Le locus réussite professionnelle prédit l'anxiété face à l'avenir professionnel $b = .44, t = 3.04, p = .002$ et explique environ 2% ($R^2 = .02$) de la variance de cette variable. Le locus réussite professionnelle prédit significativement le stress $b = .45, t = 3.39, p < .001$ et explique 3% de la variance de celui-ci ($R^2 = .03$) quand la variable anxiété n'est pas présente dans le modèle. Le locus réussite professionnelle prédit le stress, malgré la présence de l'anxiété face à l'avenir professionnel $b = .24, t = 2.09, p = .04$, mais la relation est moins élevée. L'anxiété prédit également le stress $b = .47, t = 11.08, p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 29% de la variance du stress ($R^2 = .29$). L'effet indirect du locus réussite professionnelle sur le stress par l'anxiété face à l'avenir professionnel est significatif $b = .21, 95\% \text{ IC } [0.06, 0.36]$. C'est une médiation partielle. La taille de l'effet étant de $k^2 =$

.09, 95%, IC [0.03, 0.15], cela signifie que l'anxiété explique 9% des effets indirects qu'il pourrait y avoir entre le locus réussite professionnelle et le stress. Nous pourrions donc intégrer d'autres variables. C'est ce que nous avons fait avec l'indécision vocationnelle.



Le locus réussite professionnelle prédit l'indécision vocationnelle $b = 1.82, t = 5.87, p < .001$ et explique environ 9% ($R^2 = .09$) de la variance de cette variable. Le locus réussite professionnelle prédit significativement le stress $b = .45, t = 3.39, p < .001$ et explique 3% de la variance de celui-ci ($R^2 = .03$) quand la variable indécision n'est pas présente dans le modèle. Le locus réussite professionnelle ne prédit pas le stress quand il y a présence des difficultés d'orientation dans le modèle $b = .24, t = 1.77, p = .07$. L'indécision prédit le stress $b = .11, t = 5.2, p < .001$. La valeur du R^2 nous dit que le modèle explique 10% de la variance du stress ($R^2 = .10$). L'effet indirect du locus réussite professionnelle sur le stress par l'indécision vocationnelle est significatif $b = .21, 95\% \text{ IC } [0.12, 0.36]$. Il s'agit d'une médiation partielle. La taille de l'effet est de $k^2 = .08, 95\%, \text{ IC } [0.04, 0.13]$, cela signifie que l'effet indirect est de 8% du maximum qu'il aurait pu être.

Nous pensions dans un premier temps tester l'effet indirect de l'anxiété professionnelle et de l'indécision vocationnelle entre le locus réussite scolaire et le stress. Cependant, bien que significatif $\beta = .30, t = 2.00, p < .001$, le locus réussite scolaire n'explique que 1% de la variance du stress ($R^2 = .01$); nous avons estimé cette proportion trop faible pour qu'il vaille la peine de tester le modèle de médiation.

3.3.2 Liens entre stress, détresse psychologique et soutien social

Dans la deuxième partie de notre modèle, nous avançons un lien positif entre stress et détresse psychologique. Ce lien pourrait être diminué par la présence de soutien social,

variable qui aurait un effet modérateur sur ledit lien. Avant de vérifier notre modèle de modulation, nous avons réalisé des corrélations afin de découvrir s'il existait des liens entre nos variables. Voici un tableau qui les résume.

Tableau 27: Corrélations entre le stress, la détresse psychologique et les sous-échelles de soutien social

	1	2	3	4	5	6	7
1.Stress	1	.42**	.07	-.07	.11*	.14**	.09
2.Détresse psych.		1	-.04	-.11*	.12*	-.01	.02
3.Entourage global			1	.77**	.54**	.67**	.42**
4.Entourage famille				1	.23**	.22**	.07
5.Entourage amis					1	.25**	.21**
6.Entourage prof.						1	.21**
7.Entourage autre							1

Le stress corrèle positivement avec la détresse psychologique et avec la sous-échelle de soutien professionnel et de soutien de la part des amis. La détresse psychologique corrèle positivement avec le soutien des amis et négativement avec le soutien de la part de la famille. Les différentes sous-échelles de soutien corrèlent entre elles à une exception près (soutien de la part de la famille et soutien de la part d'autres personnes).

Suite à ces résultats, nous avons vérifié le sens du lien à l'aide de régressions linéaires simples pour les corrélations significatives que nous avons obtenues.

Tableau 28: Régressions linéaires simples: variables prédites par le stress

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Détresse psych.	.42	8.52	< .001	.18
2. Soutien prof.	.14	2.63	.009	.02
3. Soutien amis	.11	2.04	.042	.01

Le stress prédit de manière positive la détresse psychologique; plus les jeunes sont stressés, plus ils sont sujets à la détresse psychologique. Le stress prédit le soutien professionnel; plus les jeunes sont stressés, plus ils vont faire appel à de l'aide professionnelle. Le stress prédit le soutien de la part d'amis; plus les jeunes sont stressés plus ils bénéficient du soutien de la part de leurs amis, bien que significatif, ce lien reste faible.

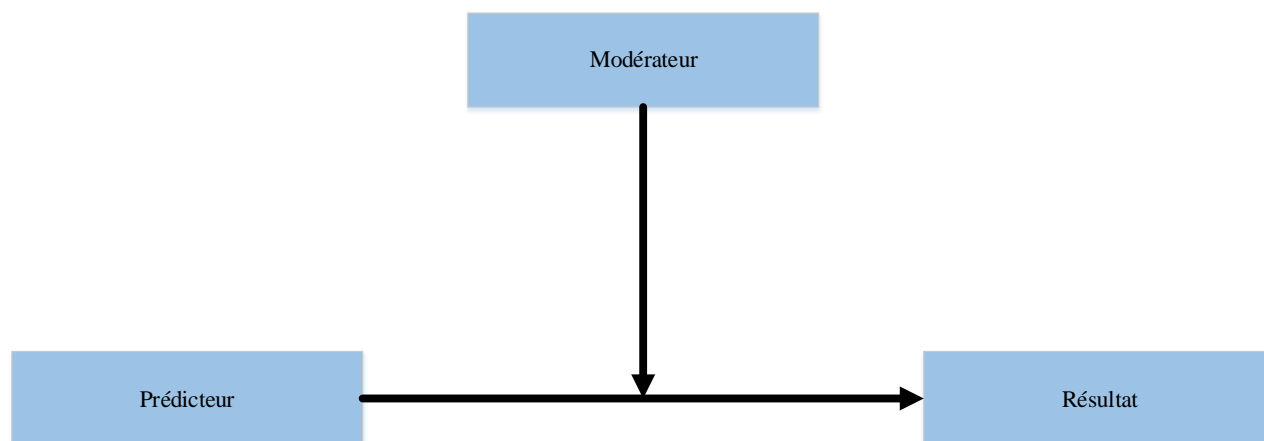
Tableau 29: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la variable détresse psychologique

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Soutien amis	.12	2.31	.021	.01
2. Soutien famille	-.11	-2.08	.038	.01

Le soutien de la part d'amis prédit la détresse psychologique; plus les jeunes font appel à des amis pour les aider, plus ils sont en détresse psychologique, bien que significatif, ce lien est lui aussi très faible. Cette relation peut paraître contre-intuitive, mais nous pouvons l'expliquer et nous y reviendrons dans la discussion. Le soutien de la part de la famille protège de la détresse psychologique; plus les jeunes peuvent compter sur des membres de leur famille pour les aider, moins ils vont être en détresse psychologique, encore une fois, ce lien reste faible.

Finalement, nous avons cherché à savoir s'il y avait un effet modérateur du soutien social sur le lien entre stress et détresse psychologique. La modulation est un type d'effet indirect, tout comme la médiation. Contrairement à une variable médiatrice, la variable modératrice n'a pas de lien direct avec le prédicteur et le résultat, mais elle agit directement sur le lien entre ces deux variables. La figure 5 schématise l'effet modérateur d'une variable. C'est ce que nous avons observé pour nos variables de soutien social, nous avons donc opté pour une modulation, plutôt qu'une médiation. Il est plus aisé d'utiliser des variables catégorielles pour interpréter l'effet d'une modulation, puisque cela crée deux groupes distincts, l'un présentant un lien entre prédicteur et résultat, l'autre pas ou moins (Field, 2013). Dans notre cas, nous avons donc transformé toutes les sous-échelles de soutien social en variables catégorielles, comme le soutien social est notre modérateur. Le stress est notre prédicteur et la détresse psychologique notre résultat. Nous supposons que le lien entre stress et détresse psychologique va être élevé pour les personnes qui n'ont pas ou peu de soutien social, alors qu'il sera réduit pour les personnes qui ont beaucoup de soutien social.

Figure 5: Relation de modulation entre prédicteur, modérateur et résultat



Le tableau ci-dessous présente les résultats pour le soutien professionnel.

Tableau 30: Effet modérateur du soutien professionnel sur la détresse psychologique

	<i>b</i>	<i>SE B</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Constante	13.50 [13.10, 13.90]	.20	66.84	<.001
Soutien prof.	-.79 [-1.72, .13]	.47	-1.67	.009
Stress	.71 [.55, .87]	.08	8.88	<.001
Soutien prof X stress (interaction)	.36 [.005, .71]	.18	1.99	.046
R^2 ajusté = .20				

Les jeunes qui disent avoir un soutien de la part de professionnels comme les enseignants ou les psychologues conseillers en orientation arrivent malgré leur stress à mieux gérer leur humeur que leurs camarades qui déclarent ne pas avoir de soutien de la part de professionnels. Le modèle explique 20% de la variance, ce qui est élevé.

Tableau 31: Effet modérateur du soutien familial sur la détresse psychologique

	<i>b</i>	<i>SE B</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Constante	13.56 [13.15, 13.97]	.20	65.43	<.001
Soutien famille	-1.07 [-1.92, -.22]	.43	-2.48	.013
Stress	.65 [.48, .82]	.08	7.64	<.001
Soutien fam X stress (interaction)	.03 [-.30, .37]	.17	.18	.85
R^2 ajusté = .19				

Tableau 32: Effet modérateur du soutien des amis sur la détresse psychologique

	<i>b</i>	<i>SE B</i>	<i>t</i>	<i>p</i>
Constante	13.55 [13.15, 13.96]	.20	66.34	<.001
Soutien amis	.45 [-.35, 1.25]	.40	1.10	.271
Stress	.66 [.49, .83]	.08	7.84	<.001
Soutien ami X stress (interaction)	-.08 [-.41, .25]	.16	-.48	.631
R^2 ajusté = .18				

Les deux tableaux ci-dessus nous indiquent que la présence de soutien social, de la part de la famille ou des amis n'agit pas sur le lien entre le stress et la détresse psychologique. Les résultats sont non significatifs.

3.3.3 Liens entre détresse psychologique, consommation problématique d'alcool et raisons de la consommation d'alcool

Finalement, la dernière partie de notre modèle stipulait un lien positif entre la détresse psychologique et la consommation d'alcool excessive et inappropriée, ainsi qu'entre la détresse psychologique et la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Le tableau ci-dessous présente les résultats des corrélations entre ces variables.

Tableau 33: Corrélations entre les variables évaluant la consommation d'alcool problématique, les raisons de la consommation d'alcool et la détresse psychologique

	1	2	3	4	5	6	7	8
1. Détresse psych.	1	.15**	-.12	.10	-.02	-.12	.07	.24**
2. Consom. exces.		1	.22**	.28**	.44**	.43**	.01	.18**
3. Consom. inapp.			1	.28**	.27**	.21	-.05	.05
4. Procurer alcool				1	.39**	.38**	.07	.06
5. <i>Enhancement</i>					1	.55**	.17*	.27**
6. Social						1	.17*	.16*
7. Conformité							1	.30**
8. Coping								1

La détresse psychologique corrèle avec la consommation excessive d'alcool et avec la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Consommation d'alcool excessive et inappropriée corrèlent entre elles. La consommation excessive d'alcool corrèle avec toutes les sous-échelles des raisons de la consommation, sauf la conformité. La consommation inappropriée corrèle avec la facilité à se procurer de l'alcool et la consommation pour des raisons d'*enhancement*. La facilité de se procurer de l'alcool corrèle avec une consommation d'alcool pour des raisons d'*enhancement* et sociales, mais pas avec des raisons de conformité ou de coping. Les différentes raisons de la consommation d'alcool corrèlent fortement entre elles.

Ensuite, nous avons effectué différentes régressions linéaires simples afin de découvrir si notre variable *détresse psychologique* prédisait, comme nous le supposions, la consommation d'alcool excessive, inappropriée et pour des raisons de coping. D'autres variables corrélant significativement avec ces trois dernières ont également été testées comme prédicteurs. Les trois tableaux suivants en présentent les résultats.

Tableau 34: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la dimension consommation d'alcool excessive

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Détresse psych.	.15	2.84	.005	.02
2. Procurer alcool	.28	4.24	< .001	.07
3. <i>Enhancement</i>	.43	6.96	< .001	.19
4. Social	.43	6.82	< .001	.18
5. Coping	.17	2.58	.01	.03

Nous observons que la consommation d'alcool pour des raisons d'*enhancement* et sociales prédit une consommation excessive. Ces deux variables prédisent respectivement 18% et 19% de la variance de la consommation excessive. La facilité à se procurer de l'alcool prédit également 7% de la variance. Alors que la détresse psychologique et la consommation pour des raisons de coping ne prédisent que 2% et 3% respectivement.

Tableau 35: Résultats des différentes régressions linéaires simples pour la dimension consommation d'alcool inappropriée

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Procurer alcool	.28	4.22	< .001	.07
2. <i>Enhancement</i>	.26	3.93	< .001	.06

La consommation d'alcool dans des lieux inappropriés est prédite par la facilité à se procurer de l'alcool et par la consommation pour des raisons d'*enhancement*. Bien que les variables consommation d'alcool excessive et inappropriée corrélaient entre elles, nous n'avons pas effectué de régression, car il est difficile à savoir laquelle prédit l'autre.

Tableau 36: Résultat de la régression linéaire simple pour la dimension consommation d'alcool pour des raisons de coping

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Détresse psych.	.24	3.53	< .001	.05

La détresse psychologique prédit la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Plus les jeunes sont en détresse psychologique, plus ils vont consommer de l'alcool pour des raisons de coping. Cependant, la variance expliquée reste faible puisqu'elle est de 5%.

3.4 Une simplification du modèle est-elle possible?

Nous avons tout d'abord cherché à savoir si les différentes variables du modèle corrélaient directement avec la consommation d'alcool excessive, la consommation d'alcool dans des lieux inappropriés et la consommation pour des raisons de coping. Si tel est le cas, nous pourrions envisager une simplification du modèle.

Tableau 37: Corrélations entre la consommation d'alcool et les sous-échelles de locus of control

	Locus extenal.	Locus chance	Locus autres	Réussite scolaire	Réussite prof.	Échec scolaire	Échec prof.
1. Consom. excess.	-.03	.03	-.06	-.04	.00	-.03	.08
2. Consom. inapp.	-.07	-.11	-.04	.08	.01	-.04	-.00
3. Coping	.01	.17**	.17**	.09	.08	.03	.10

En ce qui concerne le locus of control, seules les sous-échelles de locus chance et de locus autres tout-puissants corrélaient avec la consommation d'alcool pour des raisons de coping.

Tableau 38: Corrélations entre la consommation d'alcool, l'anxiété, l'indécision et le stress

	Anxiété avenir prof.	Indécision	Stress
1. Consom. excess.	-.03	-.07	-.01
2. Consom. inapp.	-.07	-.14	-.12
3. Coping	.16*	.20**	.20**

L'anxiété face à l'avenir professionnel, l'indécision vocationnelle et le stress corrélaient avec la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Aucun autre lien ne peut être mis en évidence.

Sur la base des corrélations significatives que nous venons d'obtenir, nous avons effectué une série de régressions linéaires afin de découvrir si d'autres variables du modèle permettaient de prédire la consommation d'alcool pour des raisons de coping et ainsi de simplifier le modèle. Le tableau ci-dessous en présente les résultats. Aucune autre variable que celles présentées au chapitre 3.3.3 ne corrélaient avec la consommation d'alcool excessive et dans des lieux inappropriés, ce qui ne nous permet pas de poursuivre nos analyses pour ces variables.

Tableau 39: Résultats des régressions linéaires simples pour la dimension consommation d'alcool pour des raisons de coping

	β	t	p	R^2 ajusté
1. Locus-chance	.17	2.53	.012	.03
2. Locus-autres	.17	2.43	.016	.03
3. Anxiété	.16	2.37	.018	.02
4. Indécision globale	.20	2.90	.004	.04
5. Stress	.20	2.95	.004	.04
6. Détresse psychol.	.24	3.53	< .001	.05

Le locus chance, le locus autres-puissants, l'anxiété, l'indécision vocationnelle et le stress permettent d'expliquer entre 2% et 4% de la variance de la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Mais, avec 5% de variance expliquée, la détresse psychologique reste le meilleur prédicteur. Ceci nous laisse penser que nous pourrions peut-être réorganiser le modèle différemment, mais une simplification directe de celui-ci en retranchant une étape ou l'autre semble difficilement envisageable.

Chapitre 4: Discussion

4.1 Commentaires sur les tendances générales des réponses

Nous nous attendions à ce que nos participants aient un locus of control plutôt externe, de par leurs difficultés scolaires et leur situation économique et sociale peu favorisée (Pansu *et al.*, 2004). Cependant, la tendance générale des réponses indique le contraire sur toutes les sous-échelles. Ceci peut être expliqué par la norme d'internalité existant dans notre société; un locus of control interne est plus apprécié chez autrui qu'un locus externe, que ce soit pour expliquer un échec ou une réussite (Dompnier et Pansu, 2007). Par exemple, une étude expérimentale de Weiner (1980) a montré que les étudiants prêtent beaucoup plus facilement leurs notes à un camarade qui a manqué un cours pour une raison indépendante de sa volonté que pour une raison où il est responsable de son absence. Probablement que nos participants ont déjà internalisé cette norme, malgré leur jeune âge. Nous pouvons aussi imaginer que ces jeunes au passé de *mauvais élèves* se culpabilisent et pensent que leurs échecs sont dus à leur manque de travail. Cela pourrait conduire à une baisse de l'estime de soi (Pansu *et al.*, 2004). L'évaluation de cette dimension aurait probablement apporté un plus à la présente recherche, nous en reparlerons plus loin. Une majorité des répondants se sont déclarés comme stressés et anxieux quant à leur avenir professionnel. Nous nous attendions à de tels résultats, car décrocher une place de formation n'est pas chose aisée pour ces jeunes. Cependant, la plupart d'entre eux ne se décrivent pas comme ayant des difficultés à faire un choix de profession. On aurait pu s'attendre à plus d'indécision de la part d'adolescents en mesures de transition. Une grande majorité de notre population peut compter sur au moins une personne pour l'aider dans sa recherche d'apprentissage. Bien qu'ils se sentent assez souvent nerveux et fatigués, la plupart des jeunes ne souffrent pas de détresse psychologique. 40% des interrogés ne consomment jamais d'alcool ce qui est une large proportion comparé à la moyenne suisse. En effet, l'étude HBSC de 2014 indique que 70% des garçons et 68% des filles de 15 ans ont déjà consommé de l'alcool dans leur vie (Marmet *et al.*, 2015). Une large majorité des consommateurs d'alcool le font pour des raisons d'*enhancement* et/ou sociales et une faible minorité le fait pour des raisons de coping et/ou de conformité. Presque aucun participant ne consomme de l'alcool de manière inappropriée. Ceci semble indiquer une consommation d'alcool plutôt récréative que problématique, ce qui nous rassure.

En résumé, nous pouvons dire que les réponses de nos participants sont semblables à celles d'une population générale de leur âge. Ils obtiennent de hauts scores sur l'échelle d'anxiété face à l'avenir professionnel et sur l'échelle de stress, mais des scores semblables ont été observés dans une étude de Grivat (n.d.) réalisée sur une population d'écopiers en fin de scolarité obligatoire. Le stress et l'anxiété semblent donc toucher une grande partie des jeunes vivant la transition école-travail.

4.2 Comparaisons entre les groupes

4.2.1 Comparaisons selon le sexe

Nos résultats nous permettent de confirmer nos hypothèses selon lesquelles les filles seraient plus stressées, plus anxieuses et plus sujettes à la détresse psychologique que les garçons. Il a été remarqué par Kessler (1979) que les femmes interprètent plus négativement que les hommes les situations de stress. Il reste très difficile d'en expliquer les raisons exactes et nous n'allons pas nous aventurer sur ce terrain. Néanmoins, nous pouvons avancer que les différences existant dans l'éducation entre filles et garçons y sont probablement pour quelque chose.

Nos analyses permettent également de valider notre hypothèse postulant que les filles ont plus de difficultés à se décider pour une profession que les garçons. Il ressort que cela est surtout lié à leur niveau scolaire qu'elles estiment trop faible. Les filles expliquent également plus leurs réussites scolaires par des facteurs externes que les garçons et elles croient aussi plus à l'intervention de la chance dans leur vie, ce qui confirme notre hypothèse selon laquelle les filles ont un locus of control plus externe que les garçons. Nous supposons que l'estime de soi, bien souvent plus faible chez les filles que chez les garçons, peut jouer un rôle important dans ces croyances (Bolognini, Plancherel, Bettschart et Halfon, 1996; Grivat, n.d.). Comme nous l'avons déjà relevé plus haut, il aurait été intéressant d'également mesurer cette dimension de la personnalité dans cette étude en plus du locus of control.

Les filles ont plus de soutien de la part de leurs amis et de la part de professionnels que les garçons, comme nous le pensions. Ceci est probablement dû aux stratégies de coping différentes des hommes et des femmes. En effet, les femmes vont plus faire face aux difficultés en demandant de l'aide à des professionnels ou en se confiant à des amis que les

hommes (Berger et Adesso, 1991). Les garçons consomment plus d'alcool que les filles dans des endroits inappropriés et pour des raisons sociales. Le fait que la consommation d'alcool soit encore à l'heure actuelle plus acceptée chez les hommes que chez les femmes (Wilson et Otto, 1995) peut expliquer en partie cette différence. Cependant, aucune différence significative n'a pu être observée en ce qui concerne la quantité d'alcool consommée. Contrairement à notre hypothèse de départ, ce sont les filles qui consomment plus d'alcool pour des raisons de coping que les garçons. Ceci est très étonnant car, comme nous venons de le voir, de nombreuses études avancent que les hommes ont des stratégies de coping moins efficaces que les femmes (Adesso et Berger; Geisner *et al.*, 2004). Ici à nouveau, il serait possible d'expliquer cette différence par une estime de soi faible. En effet, les femmes consommant de l'alcool pour des raisons de coping ont bien souvent une estime de soi basse (Addiction Suisse, n.d.b), ce qui semblerait être le cas de notre population. En effet, l'estime de soi permet d'acquérir des stratégies de coping efficaces pour résoudre un problème (Masdonati, 2007) et elle protège de l'anxiété et de la détresse psychologique (Rosenberg, 1965, cité par Grivat, n.d.). Il est à noter que les jeunes filles de notre échantillon semblent particulièrement vulnérables; elles n'ont même pas les ressources qui semblent être celles de la plupart des femmes dans la population générale. Il nous paraît donc important de rester particulièrement attentifs à leurs situations, tout en se rappelant que les garçons ne sont souvent que peu désireux de confier leurs faiblesses et qu'ils ont peut-être préféré ne pas les évoquer dans le questionnaire, ce qui pourrait aussi expliquer cette différence (Berger et Adesso). Proposer des ateliers de gestion du stress et d'amélioration de l'estime de soi nous paraît être une idée pouvant permettre à ces jeunes filles d'avoir les ressources nécessaires pour surmonter au mieux la transition école-travail.

4.2.2 Comparaisons selon l'âge

Les répondants les plus âgés sont les plus anxieux face à l'avenir professionnel. Probablement qu'ils nourrissent un réel désir d'entrer en formation, mais une peur d'échouer à nouveau puisque ce n'est sûrement pas leur première année de transition. Ils sont également plus conscients des difficultés liées au marché du travail et les redoutent. Plus les adolescents sont âgés et plus ils disent pouvoir compter sur l'aide de professionnels comparativement à leurs camarades plus jeunes. Nous pouvons imaginer que ces adolescents demandent de l'aide aux professionnels parce qu'ils sont fatigués de rester sur la touche et qu'ils sont conscients de la nécessité d'effectuer des démarches actives pour trouver rapidement une place

d'apprentissage. De plus, les professionnels proposent eux aussi leur aide parce qu'ils connaissent les difficultés de ces jeunes et l'importance d'une insertion rapide de ceux-ci, puisque passé un certain âge (qui fluctue selon le métier envisagé), il devient difficile d'entrer en formation (Masdonati et Massoudi, 2012).

4.2.3 Comparaisons selon la nationalité, la langue et le lieu de naissance

Les jeunes étrangers se décrivent comme plus indécis que les jeunes suisses ou les jeunes ayant la double nationalité, et ce à cause des difficultés scolaires qu'ils rencontrent. La même problématique semble aussi être présente chez les jeunes parlant une autre langue que français à la maison et chez les jeunes nés à l'étranger. Les difficultés scolaires, très probablement liées à des difficultés de compréhension de la langue française, semblent donc entraver le projet professionnel des jeunes aux origines étrangères. L'anxiété face à l'avenir professionnel plus présente chez les adolescents migrants que chez les adolescents nés en Suisse et plus présente chez les migrants arrivés tardivement en Suisse peut aussi être expliquée par ces raisons. En effet, seulement 49% à 54% des jeunes ne parlant pas français à la maison trouvent une place d'apprentissage après une année de transition, alors que 73% des jeunes parlant français en trouvent une (Masdonati et Massoudi, 2012). Ces jeunes sont conscients de ne pas faire partie des candidats favorisés pour décrocher une place d'apprentissage. De plus, les jeunes nés à l'étranger semblent avoir plus de difficultés d'indécision globale et liées au manque de soutien que les jeunes suisses. Ces difficultés sont accentuées chez les migrants les plus âgés de notre échantillon. Hollingshead et Redlich (1958, cités par Tousignant, 1988) ont pu observer que plus la densité d'un groupe est faible par rapport à la population générale, plus il y a de carences dans le soutien social. Les difficultés d'adaptation du jeune, mais aussi de sa famille, à la spécificité et à la complexité du système de formation suisse peuvent rendre le choix et l'insertion ardu. En effet, le choix professionnel est très précoce en Suisse et le système d'apprentissage dual valorisé, ce qui n'est pas le cas dans beaucoup de pays étrangers (Egger, Dreher & Partner AG, 2007; Strahm, 2010). De plus, les possibilités de formation suite à l'école obligatoire sont multiples en Suisse, à tel point qu'il est difficile de s'y retrouver et d'effectuer un choix.

Les problématiques d'indécision vocationnelle et d'anxiété face à l'avenir professionnel rencontrées par les jeunes migrants ou les jeunes d'origine étrangère peuvent en partie être expliquées par l'*acculturation*. Il s'agit d'un phénomène qui survient quand des

groupes d'individus ayant des cultures différentes se côtoient de manière permanente et que des changements dans les modèles culturels initiaux de l'un ou des deux groupes se produisent (Redfield, Linton et Herskovits, 1936, cités par Berry, 1997). En résumé, quand un jeune migrant arrive dans un nouveau pays, il peut être tiraillé entre le désir de conserver les coutumes de son pays d'origine et d'adopter celles de son pays d'accueil, ce qui peut faire naître un stress d'acculturation. Selon Berry (1997), il existe quatre stratégies d'acculturation différentes adoptées par les migrants. Les caractéristiques personnelles et culturelles du migrant et les caractéristiques de la société d'accueil vont influencer l'adoption de l'une ou de l'autre de ces stratégies. L'*intégration* consiste à garder sa culture d'origine, tout en adoptant celle de son pays d'accueil, l'*assimilation* vise l'adoption de la culture de son pays d'accueil en laissant tomber celle de son pays d'origine, la *séparation* consiste à garder sa culture d'origine sans adopter celle de son pays d'accueil et la *marginalisation* est le refus des deux cultures. L'intégration semble être la stratégie la plus fonctionnelle et celle qui permet que le stress d'acculturation soit moindre. Cependant, cette stratégie est possible uniquement dans les sociétés multiculturelles. La Suisse est une société multiculturelle, mais est très stricte en ce qui concerne la formation professionnelle. En Suisse, il est attendu d'un jeune qu'il choisisse une profession et qu'il se forme dans celle-ci, mais dans certaines cultures la profession est imposée et l'apprentissage n'est pas réglementé. Par exemple, si un adolescent issu d'une telle culture adopte la séparation comme stratégie d'acculturation il aura probablement du mal à se décider seul et attendra que son entourage lui impose une profession, profession qui ne sera peut-être pas réalisable en Suisse. Au contraire, s'il adopte la stratégie d'assimilation, il voudra à tout prix effectuer un choix professionnel sans tenir compte de l'avis de son entourage, ce qui peut faire naître des conflits. Le stress d'acculturation peut donc rendre la transition école-travail d'autant plus difficile. Nous trouvons intéressant que les conseillers en orientation connaissent ce modèle et puissent aborder les questions culturelles lors d'un entretien d'orientation, si elles semblent jouer un rôle dans le choix professionnel. En effet, cela nous paraît représenter un plus et permettre au jeune de se sentir compris et de comprendre lui-même ce qu'il vit et ainsi de réussir peut-être à faire la synthèse des deux cultures et à adopter la stratégie d'intégration.

Il apparaît que les jeunes étrangers croient plus à l'intervention de gens puissants dans leur vie que les jeunes suisses. Peut-être se sentent-ils soumis à certains groupes de pression en Suisse, à cause de la minorité dont ils font partie? Une étude de Mueller et Thomas (2000) pourrait éclairer en partie cette différence puisqu'elle indique que les cultures individualistes

comme la nôtre tendent vers un locus plus interne que les cultures collectivistes. En outre, il est très intéressant d'observer que les jeunes nés à l'étranger se rendent plus responsables de leurs échecs, scolaires, mais surtout professionnels que les jeunes nés en Suisse. Nous pensons que les jeunes nés en Suisse, tout comme leurs parents, se rendent compte de la difficulté actuelle de trouver une place d'apprentissage et du niveau exigé élevé et par conséquent se rendent moins responsables de leurs échecs que les jeunes nés à l'étranger qui pensent peut-être, tout comme leurs parents, que la Suisse est un pays où tout le monde réussit et qu'ils sont les seuls à échouer. Ils culpabilisent énormément et ne se donnent pas le droit à l'erreur par peur de décevoir leurs parents qui sont venus en Suisse pour leur donner une chance de réussir. Ceci conduit aussi les migrants à appréhender leur avenir professionnel de manière plus anxieuse que les jeunes nés en Suisse. En tant que professionnels amenés à travailler avec des jeunes issus de l'immigration, nous pensons qu'il est important de garder cela à l'esprit et de rassurer ces adolescents quant à leurs capacités afin de préserver un certain sentiment de compétence et de les garder actifs dans leurs démarches. De même, expliquer aux parents lors de soirées de parents ou de rencontres personnelles qu'il n'est pas aisé de trouver une place d'apprentissage en Suisse et que le niveau est exigeant pourrait être bénéfique et leur permettrait peut-être de diminuer la pression mise sur les épaules de leur enfant.

Les jeunes étrangers et les jeunes nés à l'étranger consomment de l'alcool pour des raisons de conformité plus que les jeunes suisses et les jeunes nés en Suisse. Cela peut être expliqué par le fait que la consommation d'alcool festive est quelque chose de socialement accepté, voire valorisé, en Suisse. Nous pouvons imaginer que ces jeunes consomment pour faire comme leurs camarades, sans en avoir réellement envie. Ceci pourrait à nouveau être expliqué par le phénomène d'acculturation. En effet, si nous suivons Berry (1997), la stratégie d'assimilation peut conduire les adolescents étrangers à adopter certains comportements qu'ils pensent être valorisés par la culture d'adoption de manière prononcée afin de se faire accepter, même si ces comportements sont en contradiction avec ceux existant dans leur culture d'origine. Ceci peut expliquer la consommation d'alcool pour des raisons de conformité; *je bois, car en Suisse c'est ce que font les jeunes de mon âge*. Les jeunes nés à l'étranger consomment également de l'alcool pour des raisons de coping plus que leurs camarades nés en Suisse. D'après un rapport du Social Issues Research Centre (1998), les pays dans lesquels la consommation d'alcool est associée à la détente et à la fête comptent moins de consommateurs ayant une consommation problématique, alors que les pays dans lesquels la

consommation d'alcool est liée à la violence comportent plus de consommateurs ayant une consommation problématique. Nous ne pouvons en être sûrs, mais peut-être que les jeunes migrants ayant déclaré boire de l'alcool pour des raisons de coping viennent de pays où l'alcool est réprimé (Afrique) ou alors où sa consommation est problématique (Europe de l'Est), ce qui expliquerait leur consommation pour des raisons de coping. Une fois de plus, il est important de rester vigilant face à ces problématiques, la consommation pour des raisons de coping pouvant conduire à des problèmes d'alcoolisme (Cooper, 1994; Kuntsche *et al.*, 2005).

Nous n'obtenons pas de différence concernant le soutien social quant à la recherche d'une place d'apprentissage quand nous séparons notre population selon la nationalité, la langue parlée à la maison ou le lieu de naissance. Cela pourrait être dû à l'échelle de soutien social perçue qui n'a pas fonctionné comme nous nous y attendions avec notre population. Nous reviendrons plus tard sur cette question. Il est tout de même à noter que plus un jeune migrant est arrivé tard en Suisse et plus il dit pouvoir compter sur l'aide de professionnels par rapport à ses camarades arrivés plus tôt. Comme nous l'avons vu précédemment, il est souvent difficile pour ces jeunes de pouvoir compter sur l'aide de leur famille qui ne connaît pas bien le fonctionnement du système suisse, il se peut donc qu'ils se tournent plus vers les professionnels. Ces derniers proposent également plus souvent leur aide quand ils s'aperçoivent que le jeune est en grande difficulté quant à la recherche d'une place d'apprentissage. Par exemple, les jeunes en classe d'accueil bénéficient d'un soutien rapproché de la part des professionnels.

4.2.4 Comparaisons selon la situation familiale

Il est ressorti des analyses de variance plusieurs différences entre les jeunes vivant avec leur mère uniquement et ceux vivant avec leurs deux parents. Les adolescents vivant avec leur mère rapportent plus d'indécision vocationnelle, plus de détresse psychologique, une consommation d'alcool plus excessive, un locus plus externe sur la sous-échelle de la chance ainsi qu'un plus faible soutien de la part de la famille que les adolescents vivant avec leurs deux parents. Ces différences dénotent plus de fragilité chez les familles où le seul parent présent est la mère. Il est intéressant de noter que les adolescents vivant uniquement avec leur père ou avec d'autres personnes (par exemple un oncle ou une tante ou en foyer) ne rencontrent pas cette fragilité. Il se peut que cette absence de différence soit liée au faible

pourcentage de notre échantillon étant dans l'une ou l'autre de ces situations. Quoi qu'il en soit, il serait intéressant de découvrir précisément ce qui fragilise les jeunes vivant uniquement avec leur mère. Le manque de soutien de la part de la famille peut s'expliquer d'une part par le fait que le père ne soit pas présent au quotidien, ce qui réduit le soutien affectif. D'autre part, le manque de soutien, financier cette fois-ci, peut être expliqué par le revenu plus faible des familles monoparentales où seule la mère est présente. En effet, seulement une mère de famille monoparentale sur deux travaille à 100% et elles ont bien souvent une formation peu élevée (Chardon, Daguet et Vivas, 2008). Les jeunes qui vivent uniquement avec leur mère croient plus à l'influence de la chance, sont plus indécis et ont plus tendance à la détresse psychologique et ceci peut s'expliquer par le fait que ces traits se retrouvent plus chez les femmes que chez les hommes (Cooper *et al.*, 1992; Lacoste *et al.*, 2005; Lal, 1985). En effet, les mères pourraient elles-mêmes avoir une tendance à l'externalité, être indécises ou ressentir de la détresse psychologique et puisqu'elles représentent le seul modèle parental de ces jeunes, leur influence est importante. Finalement, il nous paraît difficile d'expliquer pourquoi les jeunes vivant uniquement avec leur mère consomment de l'alcool de manière plus excessive que les autres, nous nous serions plutôt attendus au contraire, puisqu'il s'agit d'une caractéristique majoritairement masculine (Geisner *et al.*, 2004). Rester attentifs à la situation de jeunes issus de familles monoparentales nous paraît donc important. La participation à des ateliers de gestion du stress et visant l'amélioration de l'estime de soi nous semble également être quelque chose qui pourrait aider ces jeunes-là.

4.2.5 Comparaisons selon la situation économique

Nous pensions trouver plus de stress et de détresse psychologique, un locus of control plus externe et un soutien social plus faible chez les jeunes issus de familles modestes, comparativement aux jeunes issus de familles aisées, mais nous n'obtenons aucune différence significative. De manière générale, nous observons très peu de différences selon la situation économique. Ceci peut être en partie expliqué par le fait qu'une large part des jeunes n'était pas capable de citer la profession de leurs parents et une majorité ne connaissait pas leur formation et ces éléments étaient les seuls indicateurs de la situation économique que nous avions. Nous remarquons aussi que notre échantillon présente une faible amplitude quant au statut social; la plupart des jeunes en structure de transition sont issus de familles modestes. En effet, seuls 6.2% des jeunes ont un père qui a un diplôme plus élevé que le CFC et 4.4%

ont une mère dans cette situation. Depuis les écrits de Bourdieu (1979), nous savons que l'école joue un rôle important dans la reproduction des inégalités sociales puisque celle-ci se base sur l'habitus des catégories les plus favorisées. Les élèves issus de familles favorisées obtiendraient donc de meilleurs résultats scolaires et un meilleur capital pour s'insérer professionnellement. Cette faible différence de statut social dans notre population pourrait expliquer l'absence de différences entre les groupes sur les échelles de notre questionnaire.

Nous obtenons tout de même une différence qui vaut la peine d'être relevée: les jeunes ayant un père qui exerce une profession non qualifiée sont plus anxieux face à leur avenir professionnel que les jeunes ayant un père qui exerce une profession qualifiée. Nous pouvons supposer que le manque de moyens financiers des familles où le père est ouvrier ou employé non qualifié donne une image d'un monde du travail plutôt difficile, ce qui peut accroître l'anxiété de ces jeunes face à leur avenir professionnel.

4.2.6 Comparaisons selon la classe

Les jeunes de l'OPTI SAS ont un locus plus externe sur la sous-échelle autres tout-puissants et consomment plus d'alcool pour des raisons de conformité et de coping que leurs camarades des Secteurs de l'OPTI et du CHARTEM. Les jeunes plus indécis dans leur projet professionnel et en plus grandes difficultés scolaires, comme on en trouve dans les classes SAS, ressentent moins de contrôle sur les situations qu'ils vivent et sont plus à risque de consommer de l'alcool de manière problématique, comme le stipulaient nos hypothèses. Nous aurions pu imaginer les mêmes résultats pour les classes AOP qui présentent les mêmes caractéristiques que les classes SAS, mais cela ne fût pas le cas pour une raison que nous ne pouvons pas expliquer.

4.3 Liens entre les variables

4.3.1 Liens entre locus of control, stress, anxiété face à l'avenir professionnel et indécision vocationnelle.

De manière générale, nos hypothèses concernant les liens entre ces différentes variables se confirment. En effet, les adolescents ayant un locus of control externe sur les sous-échelles de Levenson sont plus stressés que les adolescents ayant un locus interne. Il en

va de même pour les jeunes expliquant leurs réussites professionnelles de manière externe. Il est à noter que la sous-échelle réussite scolaire prédit très faiblement le stress. Ceci nous paraît étonnant, mais peut être lié au passé scolaire difficile de ces élèves qui se sont peut-être détachés émotionnellement de leurs résultats scolaires. Le fait que la sous-échelle ne comporte qu'un item peut également jouer un rôle. Toutefois, nous n'avons pas pu mettre en évidence que les adolescents expliquant leurs échecs de manière externe seraient moins stressés que les autres. Il semblerait donc que le fait de se déresponsabiliser d'un échec ne suffise pas à se protéger contre le stress, même si cela permet de préserver l'estime de soi et le sentiment de compétence comme le suggère Weiner (1979). D'autres sources de stress sont donc à chercher. L'anxiété face à l'avenir professionnel et l'indécision vocationnelle en font partie puisqu'elles qu'elles prédisent celui-ci, comme nous l'avions supposé théoriquement. Conformément à nos hypothèses, les sous-échelles de l'IPC et le locus réussite scolaire et professionnelle prédisent l'anxiété et l'indécision, à l'exception de l'échelle externalité; nous avons essayé sans succès d'en trouver les raisons.

Compte tenu du pouvoir prédictif des échelles de locus sur le stress, l'anxiété et l'indécision, ainsi que du pouvoir prédictif de ces deux dernières sur le stress, nous avons pu tester 6 modèles de médiations qui se sont tous avérés significatifs. En effet, les locus chance, autres tout-puissants et réussite professionnelle prédisent une partie de la variance du stress. Quand nous ajoutons les variables anxiété face à l'avenir professionnel et indécision vocationnelle dans les différents modèles, le pouvoir prédictif est considérablement augmenté, surtout grâce à la variable anxiété, ce qui confirme nos hypothèses. Nous pouvons donc dire que le locus of control externe prédit en partie le stress, mais c'est surtout le fait d'être anxieux face à son avenir professionnel qui conduit à un stress important. Les difficultés d'orientation contribuent également beaucoup au stress. Il semblerait donc qu'en plus de traits de personnalités stables, comme le locus of control, ce serait la situation actuelle vécue par les jeunes en mesures de transition qui jouerait un rôle important dans l'apparition du stress. En effet, bien qu'il y ait probablement une part de stabilité dans les notions d'anxiété et d'indécision (Endler et al, 1991, cités par Vignoli et Mallet, 2012; Germeijs et De Boeck, 2002), ces états sont plutôt à considérer comme dépendant de la situation. Le modèle transactionnel du stress (Lazarus et Folkman, 1984) qui stipule une prise en considération des stimuli de l'extérieur et de la réponse de l'individu dans une situation de stress a donc complètement sa place dans cette recherche.

Il serait intéressant de pousser les investigations quant au type d'anxiété qui est rencontré par ces jeunes. Est-ce une anxiété liée à la peur de ne pas réussir à entrer en formation et à achever cette formation (Boutinet, 1993; Massoudi, 2009)? Est-ce une anxiété liée à l'entrée dans le monde professionnel, dans le monde adulte et dans l'inconnu (Mallet, 1999)? Bien souvent, ces deux peurs paradoxales sont présentes en même temps chez le même individu, ce qui explique le stress qui en découle et l'apathie qui peut en résulter (Teigen, 1994). Nous pensons qu'il est important de se rendre compte de ce tiraillement intérieur que peuvent ressentir ces adolescents et de ne pas interpréter leur manque d'actions comme un manque d'implication ou de la provocation. Il est également à rappeler que dans une étude de Grivat (n.d.) réalisée sur une population de jeunes en fin de scolarité obligatoire, le stress et l'anxiété sont également élevés. La transition école-travail semble donc anxiogène pour une grande partie des personnes devant la vivre. Ne devrions-nous donc pas nous remettre en question quant à l'image que nous donnons de l'entrée en apprentissage? En effet, le discours des professionnels envers les élèves consiste souvent en une mise en garde des règles à respecter en tant que futur apprenti, du travail qu'il y aura à fournir, du respect que l'on doit au patron et aux collègues. Ce discours semble nécessaire dans un premier temps, puisque beaucoup de jeunes ne connaissent pas encore les codes sociaux à respecter en entreprise. Mais une fois cette mise en garde exposée, ne serait-il pas plus constructif de s'attarder aussi sur les éléments plaisants du monde du travail; sur l'ambiance de travail, sur le plaisir d'apprendre de nouvelles choses pour lesquelles on a de bonnes capacités? Ne devrions-nous pas chercher le domaine dans lequel le jeune est doué et valoriser ces compétences-là afin d'améliorer son image de soi et de l'aider à prendre confiance en lui au lieu de continuer de le confronter aux difficultés qui lui ont fait échouer à l'école? Beaucoup de ces jeunes semblent avoir besoin d'être rassurés. Peut-être qu'organiser des témoignages d'apprentis et des présentations de professions par des formateurs dans les établissements permettrait de mettre les jeunes en transition plus à l'aise quant à leur futur apprentissage. Pouvoir mettre en mots ces inquiétudes nous semble primordial à l'entrée sereine en formation, cependant beaucoup de jeunes n'osent pas aborder le sujet car décrocher une place de formation représente le but ultime d'une année de transition et se doit d'être réjouissant et épanouissant. L'organisation d'ateliers durant lesquels les jeunes pourraient s'exprimer quant à leurs inquiétudes semblerait bénéfique, du moins à une partie d'entre eux. De même, en ce qui concerne l'indécision vocationnelle, trouver sa voie semble être une nécessité, mais beaucoup de jeunes ne sont pas prêts à faire ce choix ou doivent effectuer un choix par défaut pour cause de manque de capacités. Les psychologues conseillers en orientation peuvent bien

entendu prêter une oreille attentive à ces problématiques, mais leur objectif d'aider les jeunes à décrocher une place de formation au terme de la mesure les contraint à ne pas perdre de vue ce but ultime. Peut-être devrions-nous plutôt travailler dans le sens d'une dédramatisation du fait de ne pas pouvoir entrer en formation dans l'immédiat et d'avoir besoin de plus de temps pour y arriver? Lupien (2010) parle de la nécessité d'avoir un plan B pour réduire le stress ressenti. Selon cette auteure, cela semble efficace même si l'on n'y recourt jamais. Peut-être que l'élaboration de ce plan B avec les adolescents pour qui il semble difficile d'entrer en apprentissage leur permettrait de se sentir moins stressés et plus capables de mobiliser leurs ressources dans la recherche d'une place de formation, sachant que s'ils échouent, ils ont une solution de secours?

4.3.2 Liens entre stress, détresse psychologique et soutien social

Notre hypothèse se vérifie; le stress prédit la détresse psychologique de manière importante. Il semblerait donc que le stress suscité par la recherche d'une place de formation ne soit pas anodin et qu'il puisse conduire à des états psychologiques négatifs. Probablement que les professionnels travaillant avec des adolescents connaissent la loi de Yerkes et Dodson qui stipule que pour obtenir une bonne performance, il faut un niveau d'éveil élevé donc la présence d'un léger stress (Teigen, 1994). Ressentir une légère pression est essentiel à la motivation et à l'engagement dans un processus de recherche de formation, il est cependant primordial que cette pression n'atteigne pas un niveau de stress paralysant et néfaste pour la santé des adolescents. Trop encourager les jeunes dans un sens pourrait à terme avoir un effet inhibiteur et conduire au contraire du résultat escompté. Être attentif à la différence entre le stress positif qui booste les performances et le stress négatif qui va jusqu'à inhiber l'action semble essentiel pour les professionnels entourant ces jeunes. Le stress est aujourd'hui banalisé puisqu'il est omniprésent dans notre quotidien, il reste cependant important pour ces professionnels d'apprendre aux jeunes à repérer un stress négatif et à en connaître les conséquences possibles pour leur santé physique et psychique. Une fois encore, l'organisation d'ateliers autour de la thématique du stress semblerait bénéfique. Ce serait l'occasion d'apprendre à ces jeunes à reconnaître les situations qui les stressent, à repérer les symptômes du stress et à acquérir des astuces pour le gérer.

Nous n'avons pas pu mettre en évidence d'effet modérateur du soutien familial et du soutien de la part d'amis entre le stress et la détresse psychologique. Il se peut que l'absence

de résultat soit liée à la consigne accompagnant l'échelle utilisée dans le questionnaire dont nous discuterons plus loin. Cependant, nous obtenons un effet modérateur significatif de la part du soutien professionnel sur la détresse psychologique. Cela signifie que les jeunes stressés, mais qui perçoivent du soutien de la part de leurs enseignants et/ou de leur psychologue conseiller en orientation vont être moins sujets à la détresse psychologique que les jeunes stressés, mais qui ne perçoivent pas de soutien professionnel. Ce résultat nous montre l'importance du soutien de la part de professionnels quant au choix et à l'avenir de ces jeunes. En effet, avoir du soutien de professionnels pour ces questions semble également être bénéfique pour la santé psychique. Ce soutien paraît d'autant plus important puisque la famille ou les amis ne semblent pas être d'un grand recours sur ces questions.

Nous observons quelques autres liens intéressants. Plus les jeunes ont du soutien au niveau familial et moins ils sont sujets à la détresse psychologique, comme nous le stipulions théoriquement. Il ressort également que plus les jeunes sont stressés, plus ils disent avoir du soutien de la part de professionnels comme les enseignants et les psychologues conseillers en orientation. Probablement qu'ils demandent ce soutien, ce qui nous paraît être un bon réflexe et dénote une certaine confiance accordée aux professionnels. Nous notons aussi que plus les jeunes sont stressés et plus ils disent pouvoir compter sur l'aide d'amis, néanmoins plus ils peuvent compter sur l'aide d'amis et plus leur détresse psychologique est élevée. Un article de Larson (1983) confirme cette tendance. En effet, les relations entre amis sont perçues par les adolescents comme plus libres, plus ouvertes, plus positives et plus amusantes que les relations avec la famille qui sont plus sérieuses et formelles. Ceci pourrait donc pousser les jeunes à plus se confier à leurs amis puisqu'ils se sentent à l'aise avec eux, mais les relations n'étant pas sérieuses ils n'obtiendraient pas le soutien recherché. Cet auteur remarque également que les adolescents qui passent plus de temps avec leurs amis qu'avec leur famille sont également ceux qui rapportent le plus d'humeurs changeantes et de pertes de contrôle, pouvant donc conduire à la détresse psychologique.

4.3.3 Liens entre détresse psychologique, consommation problématique d'alcool et raisons de la consommation d'alcool

Comme nous nous y attendions théoriquement, la détresse psychologique prédit la consommation excessive d'alcool. Cependant, le pourcentage de variance expliquée reste faible. En effet, les deux meilleurs prédicteurs de la consommation d'alcool excessive sont la

consommation pour des raisons sociales et de *enhancement*. La consommation pour des raisons de coping prédit aussi la consommation excessive d'alcool, mais dans une moindre mesure. Le fait de pouvoir se procurer de l'alcool facilement conduit également à une consommation d'alcool élevée, mais cette variable corrèle avec une consommation pour des raisons sociales et de *enhancement* et non pas avec une consommation pour des raisons de coping. Nous pouvons donc dire que les raisons qui poussent la majorité des jeunes à consommer de l'alcool de manière excessive sont plus les motifs externes définis par Cox et Klinger (1988), c'est-à-dire les motifs sociaux et de *enhancement* que les motifs internes comme la conformité et le coping. Ceci nous permet de confirmer la position de ces auteurs qui stipulaient que les attentes à propos des effets de l'alcool sont une condition nécessaire pour que la consommation débute; ces attentes sont ce qui explique le plus de variance de la consommation d'alcool. En outre, Cooper (1994) et Kuntsche *et al.* (2005) étaient arrivés aux mêmes résultats dans leurs études respectives; quand les jeunes consomment pour des raisons sociales ou d'*enhancement* la quantité consommée est souvent élevée, au contraire, quand ils consomment pour des raisons de coping la quantité n'est pas forcément élevée, mais conduit souvent à des pathologies liées à l'alcool. Une petite minorité de notre échantillon semble consommer de l'alcool de manière excessive pour des raisons problématiques. La prévalence ne semble donc pas plus élevée chez les jeunes en mesures de transition que dans la population générale des jeunes de cet âge (Marmet *et al.*, 2015). Cependant, il faut tout de même veiller à ce qu'une consommation tout d'abord récréative n'évolue pas en une stratégie de coping. En effet, une consommation d'alcool ne devient pas problématique du jour au lendemain, mais elle arrive avec l'habitude. De plus, beaucoup de consommateurs ne sont pas vraiment capables d'expliquer pourquoi ils ont commencé à boire (Addiction Suisse, n.d.a). Continuer à agir dans une idée préventive et non punitive au sein des mesures de transition nous paraît être une bonne manière d'encourager les jeunes qui pourraient rencontrer des problèmes d'alcool à se confier à ce sujet. En outre, la détresse psychologique permet d'expliquer 5% de la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Cela représente un petit pourcentage puisqu'une très faible minorité des répondants ont déclaré boire pour des raisons de coping, mais le lien subsiste. Nous trouvons donc essentiel de rester attentif à ces aspects puisque c'est justement à l'adolescence que l'on va pouvoir agir et éviter que de tels problèmes subsistent ou s'aggravent à l'âge adulte. En effet, une récente étude de l'Inserm (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale) a révélé qu'une consommation à risque à l'adolescence pourrait conduire à la dépendance à l'âge adulte (Inserm, 2013).

La consommation d'alcool dans des lieux inappropriés, comme en cours ou en stage, est expliquée par le désir de consommer de l'alcool pour des raisons de *enhancement* et par la facilité à se procurer de l'alcool, et non pas par la détresse psychologique. Consommer de l'alcool dans des lieux inappropriés pourrait donc être lié à la prise de risque recherchée à l'adolescence que nous avons déjà évoquée plus haut (Steinberg, 2007). De même, la facilité d'accès à l'alcool joue un rôle dans la consommation inappropriée, puisque plusieurs répondants ont déclaré avoir déjà bu de l'alcool en stage car le responsable de stage le leur avait proposé ou en cours parce qu'un ami le leur avait proposé.

Finalement, il est à noter que les quatre raisons de la consommation d'alcool corrélaient fortement entre elles. Nous pouvons donc supposer qu'un consommateur d'alcool entrevoit divers motifs pour en boire. Raison de plus pour être vigilant face à cette substance!

4.3.4 Discussion autour de la possibilité de simplifier le modèle

Nous avons cherché à savoir s'il y avait des liens directs entre les différentes variables de notre modèle et la consommation d'alcool afin de viser une simplification de celui-ci. Aucune autre variable que celles citées au chapitre précédent ne permet de prédire la consommation d'alcool excessive ou la consommation d'alcool dans des lieux inappropriés. En ce qui concerne la consommation pour des raisons de coping, le locus chance, le locus autres tout-puissants, l'anxiété face à l'avenir professionnel, l'indécision vocationnelle et le stress permettent d'expliquer quelques faibles pourcentages de variance (de 2% à 4%), alors que la détresse psychologique en explique 5%. Ceci nous laisse penser, comme nous l'avons déjà évoqué précédemment, que nous pourrions peut-être réorganiser le modèle différemment, mais une simplification directe de celui-ci en retranchant une étape ou l'autre semble difficilement envisageable.

4.4 Limites

4.4.1 Limites liées au questionnaire

Bien que toutes nos échelles soient valides, nous pouvons tout de même émettre un doute quant à la pertinence de l'utilisation de certaines d'entre elles avec une population de jeunes en difficultés. En effet, l'échelle IPC de Levenson évaluant le locus of control

comportait des items qui se sont révélés être trop compliqués et trop éloignés des préoccupations de la plupart des jeunes. Même après explications, certains items restaient incompréhensibles pour quelques participants qui ont finalement répondu au hasard. Il aurait été préférable d'utiliser une échelle de locus of control destinée aux enfants et aux adolescents, mais nous n'en avons pas trouvée de suffisamment courte pour être utilisable dans le contexte de notre recherche (Halpert et Hill, 2011). De plus, malgré une définition multidimensionnelle du locus of control communément acceptée à l'heure actuelle, l'utilisation d'une échelle unidimensionnelle aurait considérablement simplifié les analyses et nous aurait fait gagner en puissance statistique. Au contraire, les quatre items élaborés sur la base de la théorie de Weiner se sont révélés, comme nous le pensions, beaucoup plus parlant et accessibles pour les adolescents, même s'il leur était parfois difficile de ne choisir qu'une seule réponse. Il est regrettable que nous n'ayons construit qu'un seul item par sous-échelle, ce qui nous a fait perdre beaucoup de puissance statistique. En ce qui concerne l'échelle de soutien social, nous émettons un doute sur la pertinence d'évaluer le soutien social perçu quant aux difficultés d'orientation et d'anxiété face à l'avenir professionnel. En effet, de nombreuses recherches postulent que le soutien social joue un rôle d'intermédiaire entre le stress et la détresse psychologique (Cobb, 1976; Cohen et Wills, 1985; Ensel et Lin, 1991; Tousignant, 1988), mais aucune n'indique que ce soutien social doit agir sur le stresser tant que tel. Si nous avions questionné nos participants sur le soutien général qu'ils reçoivent de la part de leur famille ou d'amis et non spécifique au choix et à l'avenir professionnels, nous aurions peut-être obtenu un effet modérateur de celui-ci sur le lien entre stress et détresse psychologique. En outre, les participants ont eu énormément de mal à indiquer quelle était la profession exercée par leurs parents et la formation qu'ils avaient suivie, surtout pour les parents d'origine étrangère qui n'ont pas suivi de formation en Suisse. Nous pouvons également supposer que certains d'entre eux étaient mal à l'aise de répondre à ces questions si leurs parents n'exerçaient pas une profession valorisée.

De plus, nous pouvons douter du sérieux de certains jeunes lors de la passation de ce questionnaire puisqu'il leur a été imposé ou passé contre récompense. Nous avons compté 45 minutes de passation, mais beaucoup ont fini avant. Nous nous sommes également aperçus que quelques-uns ne lisaient pas les consignes avant de commencer à répondre aux questions et qu'ils répondaient parfois au hasard. Finalement, il se peut aussi que certains participants n'aient pas répondu de manière tout à fait honnête par peur de montrer leurs faiblesses ou par

peur d'être reconnus à travers le questionnaire, bien qu'il ait été très clairement précisé que celui-ci était anonyme et confidentiel.

4.4.2 Limites liées à la problématique étudiée

En résumé, ce travail a permis de mettre en lien les variables étudiées et de vérifier en grande partie le modèle imaginé théoriquement, bien que la puissance des résultats reste faible. Toutefois, nous ne pouvons pas dire que la stratégie de coping qui consiste à boire de l'alcool pour réduire son stress est majoritairement adoptée par les jeunes se trouvant en mesures de transition. Il serait néanmoins intéressant de se pencher sur la consommation de cannabis de ces jeunes dans une autre étude sur le stress. En effet, le cannabis semble avoir un grand succès auprès de cette population; lors de la récolte des données, plusieurs enseignants nous ont demandé pourquoi nous ne posions pas de questions à ce propos. Nous avons initialement pensé qu'il serait difficile d'aborder ces questions puisque le cannabis est une substance illégale en Suisse. Cependant, il est actuellement très facile d'accès et il semblerait que beaucoup de jeunes ne se cachent pas d'en consommer ou même d'en cultiver. Comme il est très facile d'en fumer rapidement et discrètement durant les pauses, nous pensons que le cannabis pourrait être plus utilisé comme moyen de coping que l'alcool qui est moins discret et qui prend plus de temps à la consommation pour obtenir un effet.

Nous nous demandons également si les variables utilisées étaient toujours les plus pertinentes pour expliquer la consommation d'alcool. En effet, bien que la littérature montre des liens entre le locus of control externe et la consommation d'alcool (Wills, 1994; Bearing et Blum, 1997), nous pensons que l'estime de soi (Addiction suisse, n.d.b; Wilson et Otto, 1995) ou le névrosisme (Coëffec, 2011) seraient des traits de personnalités permettant d'expliquer plus de variance de la consommation d'alcool que le locus of control. De plus, nous pensons que l'ajout d'une échelle évaluant les stratégies de coping générales, nous aurait permis de tester si l'adoption de stratégies de coping dysfonctionnelles peut avoir un effet sur la consommation d'alcool comme le stipule la littérature (Brosschot, 1994; Cooper *et al.*, 1992; Parkes, 1984). En effet, le coping évalué dans notre questionnaire concernait spécifiquement les raisons de la consommation d'alcool et n'était pas représentatif des stratégies de coping générales.

En outre, il serait intéressant de poursuivre ces recherches sur le stress de la transition école-travail par une étude qualitative. En effet, il nous semble que ce type de méthode

pourrait permettre d'atteindre les raisons du stress de ces jeunes ainsi que leurs stratégies de coping pour le gérer et serait plus à même de conduire à des pistes d'interventions possibles auprès des psychologues conseillers en orientation, des enseignants et des maîtres d'enseignement professionnel travaillant dans ces structures. Cela pourrait permettre également aux parents, ainsi qu'aux patrons, mais aussi à la population générale, d'être plus compréhensifs vis-à-vis des comportements de ces jeunes qui sont parfois interprétés comme un manque d'engagement pour leur futur ou de la provocation.

Finalement, une étude plus complète sur le sujet interrogeant aussi les élèves en fin de scolarité obligatoire, les élèves du gymnase et les apprentis pourrait permettre de comparer ces populations avec les jeunes en mesures de transition et de repérer les problématiques qui touchent spécifiquement ces derniers, s'il y en a, et ainsi essayer d'y remédier.

Chapitre 5: Conclusion

Nous retenons de cette étude que les jeunes en mesures de transition sont stressés et qu'une part importante de ce stress peut être expliqué par l'anxiété face à l'avenir professionnel, l'indécision vocationnelle et dans une moindre mesure le locus of control externe. Le stress conduit à la détresse psychologique de manière importante, mais la présence de soutien de la part de professionnels réduit l'impact du stress sur la détresse psychologique. Notre modèle théorique peut donc être validé dans ses grandes lignes. Cependant, ces jeunes utilisent peu l'alcool comme moyen de coping pour pallier à leur stress, même s'ils en consomment en quantité importante. En effet, les raisons de la consommation d'alcool sont principalement des raisons sociales et de *enhancement*, ce qui ne représente pas directement une consommation problématique. Néanmoins, la détresse psychologique semble expliquer en partie la consommation d'alcool pour des raisons de coping. Les comparaisons que nous avons effectuées entre les différents groupes sociaux indiquent que les filles, les migrants, les adolescents les plus âgés et les jeunes vivant uniquement avec leur mère sont les adolescents qui semblent être les plus vulnérables.

Comme exposé précédemment, il serait opportun de réfléchir à divers outils que les professionnels encadrant ces jeunes pourraient utiliser pour les coacher au mieux dans cette transition, puisque c'est leur soutien qui paraît avoir le plus d'effet protecteur sur la santé psychique des adolescents. Nous pourrions par exemple présenter le monde du travail sous un meilleur jour et donner moins d'importance à la concrétisation d'un projet professionnel dans l'immédiat.

Néanmoins, nous observons que la transition école-travail en général semble difficile pour les jeunes en Suisse. En 2000, seul la moitié des jeunes terminant l'école obligatoire entamaient une formation et la poursuivaient sur trois ans sans interruption. Depuis une vingtaine d'années, nous constatons que la transition linéaire entre l'école obligatoire et la formation est de plus en plus remplacée par une transition non linéaire faite de réorientations, de périodes de ruptures, d'emplois non qualifiants ou de chômage (Masdonati et Massoudi, 2012). La société instable dans laquelle nous vivons semble donc nous contraindre à passer par des transitions chaotiques; devons-nous nous en accommoder ou pourrions-nous imaginer une réadaptation de notre système de formation à la situation économique et à la société actuelle afin de surmonter à nouveau ces transitions avec plus de fluidité? Les adolescents auraient-ils besoin de pouvoir rester plus longtemps dans le système scolaire afin d'avoir le

temps d'élaborer un projet professionnel et d'être suffisamment mature pour entrer dans le monde du travail et réaliser ce projet? Le niveau d'exigence de l'apprentissage débouchant sur un CFC ayant été revu à la hausse, il semblerait qu'il soit demandé aux nouveaux apprentis d'être immédiatement efficaces et autonomes. Mais ce niveau d'exigences est-il vraiment nécessaire et bénéfique à notre société et aux différents corps de métiers? Ne devrions-nous pas travailler à une meilleure reconnaissance sur le marché du travail de l'apprentissage débouchant sur une AFP? Voilà tant de questions auxquelles nous ne sommes pas capables de répondre à travers ce mémoire, mais auxquelles nous pensons utile de prendre le temps de réfléchir.

Chapitre 6: Bibliographie

- Addiction Suisse (n.d.a). *L'alcool...un problème pour moi? Informations pour les personnes concernées*. Auteur: Lausanne, Suisse. Récupéré du site: <http://www.consommationdalcool.ch/fr/pour-les-concernes/>
- Addiction Suisse (n.d.b). *Mallette genre: l'estime de soi*. Auteur: Lausanne, Suisse. Récupéré de http://www.addictionsuisse.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/mallette_genre_estime_de_so_i.pdf
- Amir, T. et Gati, I. (2006). Facets of career decision-making difficulties. *British Journal of Guidance & Counselling*, 34(4), 483-503.
- Arnaud, B., Malet, L., Teissedre, F., Izaute, M., Moustafa, F., Geneste, J., Schmidt, J., Llorca, P.-M. et Brousse G. (2010). Validity study of Kessler's psychological distress scales conducted among patients admitted to French emergency department for alcohol consumption-related disorders. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 34(7), 1235-1245.
- Arnett, J. J. (2006). Emerging adulthood: Understanding the new way of coming of age. Dans J. J. Arnett et J. Lynn (dir.), *Emerging adults in America: Coming of age in the 21st century* (p. 3-19). Washington DC: American Psychological Association.
- Barbeau, D. (1991). Pour mieux comprendre la réussite et les échecs scolaires. *Pédagogie collégiale*, 5(1), 17-22.
- Baron, R. M. et Kenny, D. A. (1986). The moderator-mediator variable distinction in social psychological research: Conceptual, strategic, and statistical considerations. *Journal of Personality and Social Psychology*, 51(6), 1173-1182.
- Berger, B. D. et Adesso, V. J. (1991). Gender differences in using alcohol to cope with depression. *Addictive Behaviors*, 16(5), 315-327.
- Berry, J. W. (1997). Immigration, acculturation, and adaptation. *Applied Psychology: an International Review*, 46(1), 5-68.
- Boivin, M.-D. (2003). Les jeunes adultes québécois décrocheurs. *Enfance & psy*, 4(24), 131-138. Récupéré du site de la revue <http://www2.unil.ch/perunil/pu2/>
- Bolognini, M., Plancherel, B., Bettschart, W. et Halfon, O. (1996). Self-esteem and mental health in early adolescence: development and gender differences. *Journal of Adolescence*, 19, 233-245.
- Bourdieu, P. (1979). Les trois états du capital culturel. *Actes de la recherche en sciences sociales*, 30, 3-6.
- Boutinet, J.-P. (1993). *Psychologie des conduites à projet* (éd.6). Paris, France: Presses Universitaires de France.
- Brosschot, J. F., Gebhardt, W. A. et Godaert, L. R. (1994). Internal, powerful others and chance locus of control: Relationships with personality, coping, stress and health. *Personality and Individual Differences*, 16(6), 839-852.
- Brown, S. A., Goldman, M. S., Inn, A. et Anderson, L. R. (1980). Expectations of reinforcement from alcohol: Their domain and relation to drinking patterns. *Journal of Consulting and Clinical Psychology*, 48(4), 419-426.
- Cannon, W. B. (1922). *Bodily changes in pain, hunger, fear and rage*. New York, NY: Appleton.

- Caron, J. et Guay, S. (2005). Soutien social et santé mentale: concept, mesures, recherches récentes et implications pour les cliniciens. *Santé mentale au Québec*, 30(2), 15-41.
- Chardon, O., Daguet, F. et Vivas, E. (2008). Les familles monoparentales: des difficultés à travailler et à se loger. *Insee première*. Récupéré de <http://www.cor-retraites.fr/IMG/pdf/doc-1719.pdf>.
- Cobb, S. (1976). Social support as a moderator of life stress. *Psychosomatic Medicine*, 38, 300-314.
- Coëffec, A. (2011). Les apports du modèle des cinq grands facteurs dans le domaine de l'alcool dépendance. *L'encéphale*, 37(1), 75-82.
- Cohen, S. et Wills, T. A. (1985). Stress, social support, and the buffering hypothesis. *Psychological Bulletin*, 98(2), 310-357.
- Cohen, J. (1988). *Statistical power analysis for the behavioural sciences* (éd. 2). New York, NY: Academic Press.
- Conger, J. J. (1956). Alcoholism: Theory, problem and challenge. II. Reinforcement theory and the dynamics of alcoholism. *Quarterly Journal of Studies on Alcohol*, 13, 296-305.
- Cooper, M. L. (1994). Motivations for alcohol use among adolescents: Development and validation of a four-factor model. *Psychological Assessment*, 6(2), 117-128.
- Cooper, M. L., Russell, M., Skinner, J. B., Frone, M. R. et Mudar P. (1992). Stress and alcohol use: moderating effects of gender, coping, and alcohol expectancies. *Journal of Abnormal Psychology*, 101(1), 139-152.
- Cox, W. M. et Klinger, E. (1988). A motivational model of alcohol use. *Journal of Abnormal Psychology*, 97(2), 168-180.
- Cutrona, C. E. (1984). Social support and stress in the transition of parenthood. *Journal of Abnormal Psychology*, 93(4), 378-390.
- Dean, A. et Lin, N. (1977). The stress buffering role of social support: Problems and prospects for systematic investigation. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 165(6), 403-417.
- De Longis, A., Coyne, J. C., Dakof, G., Folkman, S. et Lazarus, R. S. (1982). Relationship of daily hassles, uplifts, and major life events on health status. *Health psychology*, 1(2), 119-136.
- Dompnier, B. et Pansu, P. (2007). L'intervention des explications causales internes en termes d'effort dans les stratégies d'auto-présentation et le jugement social: perspectives sociocognitives. *Psychologie française*. doi: 10.1016/j.psfr.2007.03.001
- Dosnon, O. (2003). Incertitude, indécision et orientation. *Perspectives documentaires en éducation* 60, 13-18. Récupéré du site de la revue: <http://ife.ens-lyon.fr/publications/edition-electronique/perspectives-documentaires/RP060-2.pdf>
- Egger, Dreher & Partner AG. (2007). *Étude approfondie sur les offres de formations transitoires entre scolarité obligatoire et formation professionnelle*. Étude réalisée à la demande du Secrétariat à la formation, à la recherche et à l'innovation (SEFRI, OFFT jusqu'en 2012). Récupéré du site d'Egger, Dreher & Partner AG http://www.sbf.admin.ch/berufsbildung/01501/01503/index.html?lang=fr&download=NHZLpZeg7t,lnp6I0NTU042l2Z6ln1ae2IZn4Z2qZpnO2Yuq2Z6gpJCDdnx2fWym162epYbg2c_JjKbNoKSn6A--
- Endler, N. S. et Kocowski, N. L. (2001). State and trait anxiety revisited. *Journal of Anxiety Disorders*, 15, 231-245.

- Ensel, W. N. et Lin N. (1991). The life stress paradigm and psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 32, 321-341.
- Erikson, E. (1972). *Adolescence et crise. La quête de l'identité* (J. Nass et C. Louis-Combet, trad.) Manchecourt, France: Flammarion (Ouvrage original publié en 1968 sous le titre *Identity: Youth and Crisis*. New York, NY: W.W. Norton and Company).
- Falardeau-Alain, S. (2013). *Le rôle des facteurs individuels, relationnels et contextuels pour expliquer l'indécision de carrière et la motivation scolaire des cégépiens*. (Mémoire de maîtrise, Université de Laval, Québec, Canada). Récupéré du site de l'université <http://www.theses.ulaval.ca/2013/29728/29728.pdf>
- Field, A. (2013). *Discovering statistics using IBM SPSS statistics* (éd. 4). Londres, Royaume-Uni: Sage.
- Fischer, G.-N. (2002). *Traité de psychologie de la santé* (éd. 2). Paris, France: Dunod.
- Fondacaro, M. R. et Heller, K. (1983). Social support factors and drinking among college student males. *Journal of Youth and Adolescence*, 12, 285-299.
- Forner, Y. (2001). À propos de l'indécision. *Carriérologie*, 8(2), 213-229. Récupéré du site de la revue: http://www.carrierologie.uqam.ca/volume08_1-2/17_forner/forner.html
- Forner, Y. (2007). L'indécision de carrière des adolescents. *Le travail humain*, 70(3), 213-234. doi: 10.3917/th.703.0213
- Gache, P., Michaud, P., Landry, U., Accietto, C., Arfaoui, F., Wenger, O. et Daepfen, J.-B. (2005). The alcohol use disorders identification test (AUDIT) as a screening tool for excessive drinking in primary care: Reliability and validity of a French version. *Alcoholism: Clinical and Experimental Research*, 29(11), 2001-2007.
- Garner, H. et Méda, D. (2006). *La place du travail dans l'identité des personnes*. Récupéré du site de la revue: http://www.insee.fr/fr/ffc/docs_ffc/donsoc06zq.pdf
- Gati, I., Asulin-Peretz L. et Fisher, A. (2012). Emotional and personality-related career decision-making difficulties: A 3-year follow-up. *The Counseling Psychologist*, 40(1), 6-27. doi: 10.1177/0011000011398726
- Gati, I., Krausz, M. et Osipow, S. (1996). A Taxonomy of Difficulties in Career Decision Making. *Journal of Counseling Psychology*, 43(4), 510-520.
- Geisner, I. M., Larimer, M. E. et Neighbors, C. (2004). The relationship among alcohol use, related problems, and symptoms of psychological distress: Gender as a moderator in a college sample. *Addictive Behaviors*, 29, 843-848. doi: 10.1016/j.addbeh.2004.02.024
- Germeijs, V. et De Boeck, P. (2002). A measurement scale for indecisiveness and its relationship to career indecision and other types of indecision. *European Journal of Psychological Assessment*, 18(2), 113-122. doi: 10.1027//1015-5759.18.2.113
- Gilles, I, Green, E. G. T., Ricciardi Joos, P., Scheidegger, R., Storari, C., Tuescher, T. et Wagner-Egger, P. (2008). Fascicule SPSS. *Cahiers de l'IMA*, 41, 1-85.
- Giroud, C. (2015, mars, 19). Futurs apprentis: les attentes des patrons. *24 Heures*.
- Grivat, L. (n.d.). *Le choix scolaire et professionnel comme source de stress chez les adolescents terminant leur scolarité obligatoire*. (Mémoire de DESS non publié. Université de Lausanne, Suisse).

- Guichard, J. et Huteau, M. (2006). *Psychologie de l'orientation* (éd.2). Paris, France: Dunod
- Halpert, R. et Hill R. (2011). *28 measures of locus of control*. Récupéré du site http://teachinternalcontrol.com/uploads/LOC_Measures__1_.pdf
- Holahan, C. J. et Moos, R. H. (1981). Social support and psychological distress: A longitudinal analysis. *Journal of Abnormal Psychology*, 90(4), 365-370.
- Holland, J. L. et Holland, J. E. (1977). Vocational Indecision: More evidence and speculation. *Journal of Counseling Psychology*, 24(5), 404-414.
- Husaini, B. A. et Neff, J. A. (1981). Social class and depressive symptomatology: The role of life change events and locus of control. *Journal of Nervous and Mental Disease*, 169(10), 638-647.
- Inserm (Institut National de la Santé et de la Recherche Médicale). (2013). Récupéré du site officiel de l'Inserm le 05.05.15 <http://presse-inserm.fr/que-risque-t-on-a-boire-jeune/5956/>
- Kanner, A. D., Coyne, J. C., Schaefer, C. et Lazarus, R. S. (1981). Comparison of two modes of stress measurement: daily hassles and uplifts versus major life events. *Journal of Behavioral Medicine*, 4(1), 1-39.
- Kessler, R. C. (1979). Stress, social status, and psychological distress. *Journal of Health and Social Behavior*, 20, 259-272.
- Kessler, R. C., Andrews, G., Colpe, L. J., Hiripi, E., Mroczek, D. K., Normand, S.-L. T., Walters, E. E. et Zaslavski, A. M. (2002). Short screening scales to monitor population prevalence and trends in non-specific psychological distress. *Psychological Medicine*, 32, 959-976. doi: 10.1017/S0033291702006074
- Kunin, T. (1955). The construction of a new type of attitude measure. *Personnel Psychology*, 8(1), 65-77.
- Kuntsche, E., Knibbe, R., Gmel, G. et Engels, R. (2005). Why do young people drink? A review of drinking motives. *Clinical Psychology Review*, 25, 841-861. doi: 10.1016/j.cpr.2005.06.002
- Kuntsche, E. et Kuntsche, S. (2009). Development and validation of the Drinking Motive Questionnaire Revised Short Form (DMQ-R SF). *Journal of Clinical Child and Adolescent Psychology*, 38(6), 899-908. doi: 10.1080/15374410903258967
- Lacoste, S., Esparbès-Pistre S. et Tap, P. (2005). L'orientation scolaire et professionnelle comme source de stress chez les collégiens et les lycéens. *L'orientation scolaire et professionnelle*, 34(3), 295-322.
- Lal, B. (1985). Relationship between sex differences in locus of control and job performance in library organizations. *Annals of Library Science and Documentation*, 32(3-4), 76-79.
- Larson, R. W. (1983). Adolescents daily experience with family and friends: Contrasting opportunity systems. *Journal of Marriage and Family*, 45(4), 739-750.
- Lazarus, R. et Folkman, S. (1984). *Stress, appraisal and coping*. New York, NY: Springer.
- Lease, S. H. (2004). Effect of locus of control, work knowledge, and mentoring on career decision-making difficulties: testing the difference of race and academic institution. *Journal of Career Assessment*, 12(3), 239-254. doi: 10.1177/1069072703261537
- Lefcourt, H. M., Miller, R. S., Ware, E. E. et Sherk, D. (1981). Locus of control as a modifier of the relationship between stressors and moods. *Journal of Personality and Social Psychology*, 41, 357-369.

- Levenson, H. (1973, août). *Reliability and validity of the I, P, and C scales - a multidimensional view of locus of control*. Communication présentée à l'American Psychological Association Convention, Montreal, Canada.
- Lourel, M. (2006). Stress et santé: le rôle de la personnalité. Présentation de quelques outils d'évaluation de la personnalité. *Recherche en soins infirmiers*, 85(2), 5-13. Doi: 10.3917/rsi.085.0005
- Lupien, S. (2010). *Par amour du stress*. Québec, Canada: Editions au carré.
- Mallet, P. (1999). L'anxiété suscitée par l'avenir scolaire et professionnel au cours de l'adolescence: la formation d'une anxiété sociale majeure. *Carrièreologie*, 7(3-4), 599-618.
- Marmet, S., Archimi, A., Windlin, B. et Delgrande Jordan, M. (2015). *Consommation de substances chez les élèves de Suisse en 2014 et évolution depuis 1986 - Résultats de l'étude Health Behaviour in School-aged Children (HBSC)*. Récupéré du site d'Addiction Suisse: [http://www.addictionsuisse.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/ Resume-HBSC-2014.pdf](http://www.addictionsuisse.ch/fileadmin/user_upload/DocUpload/Resume-HBSC-2014.pdf)
- Masdonati, J. (2007). *La transition entre école et monde du travail: préparer les jeunes à l'entrée en formation professionnelle*. Berne, Suisse: Peter Lang.
- Masdonati, J. et Massoudi, K. (2012). L'accompagnement de la transition école-travail. Dans: J.-P. Doudin et L. Lafortune (dir.), *Les transitions à l'école* (p.149-157). Québec, Canada: Presses de l'Université du Québec.
- Maslach, C., Schaufeli, W. B. et Leiter M. P. (2001). Job burnout. *Annual Review of Psychology*, 52, 397-422.
- Massoudi, K. (2009). *Le stress professionnel: une analyse des vulnérabilités individuelles et des facteurs de risque environnementaux*. Berne, Suisse: Peter Lang.
- Mirowsky, J. et Ross C. E. (2003). *Social causes of psychological distress* (éd. 2). New York, NY: Walter de Gruyter.
- Mueller, S. L. et Thomas A. S. (2000). Culture and entrepreneurial potential: A nine country study of locus of control and innovativeness. *Journal of Business Venturing*, 16, 51-75.
- Newman, J. L., Gray, E. A. et Fuqua, D. R. (1999). The relation of career indecision to personality dimensions of the California psychological inventory. *Journal of Vocational Behavior*, 54, 174-187.
- Office Fédéral de la Statistique (OFS). (2011). *Catégories socioprofessionnelles (CSP) 2010: opérationnalisation des CSP dans le système des variables-clés SHAPE dès 2010*. Récupéré du site de la Confédération suisse www.bfs.admin.ch/bfs/portal/fr/index/.../02.Document.141582.pdf
- Pansu, P., Dompnier, B. et Bressoux, P. (2004). L'explication quotidienne des comportements scolaires: attribution de réussite et d'échec. Dans M.-C. Toczec et D. Martinot (dir.), *Le défi éducatif: des situations pour réussir* (p.227 à 302). Paris, France: Armand Colin.
- Paquet, Y. (2006). Relation entre locus of control, désir de contrôle et anxiété. *Journal de thérapie comportementale et cognitive*, 16(3), 97-102
- Parkes, K. R. (1984). Locus of control, cognitive appraisal, and coping in stressful episodes. *Journal of Personality and Social Psychology*, 46(3), 655-668.
- Paulhan, I. (1992). Le concept de coping. *L'année psychologique*, 92(4), 545-557.

- Penland, T. (1995). *The relationship among alcohol use, career indecision, and work role salience*. (Thèse de doctorat, Texas Tech University). Récupéré du site de l'université <http://repositories.tdl.org/ttu-ir/handle/2346/18510>
- Rabkin, J. G. et Struening, E. L. (1976). *Life events, stress, and illness*. Récupéré de https://campus.fsu.edu/bbcswebdav/institution/academic/social_sciences/sociology/Reading%20Lists/Mental%20Health%20Readings/Rabkin-Science-1976.pdf
- Rapee, R. M., Craske, M. G., Brown, T. A. et Barlow, D. H. (1996). Measurement of perceived control over anxiety-related events. *Behavior Therapy*, 27, 279-293.
- Rossier J., Rigozzi C. et Berthoud S. (2002). Validation de la version française de l'échelle de contrôle de Levenson (IPC), influence de variables démographiques et de la personnalité. *Annales médico-psychologiques*, 160, 138-148.
- Rotter, J. B. (1966). Generalized expectancies for internal versus external control of reinforcement. *Psychological Monographs: General and Applied*, 80(1), 1-28.
- Santé bernoise. (n.d.). *Consommation problématique d'alcool par les jeunes*. Auteur: Berne, Suisse. Récupéré de http://www.santebernoise.ch/download/fr_alk_merkblatt_lp_120125.pdf
- Sapp, S. G. et Harrod, W. J. (1993). Reliability and validity of a brief version of Levenson's locus of control scale. *Psychological Reports*, 72, 539-550.
- Sarason, I. G., Levine, H. M., Basham, R. B. et Sarason, B. R. (1983). Assessing social support: the social support questionnaire. *Journal of Personality and Social Psychology*, 44(1), 127-139.
- Semmer, N. et Udris, I. (2004). Bedeutung und Wirkung von Arbeit. Dans: H. Schuler (dir.), *Lehrbuch Organisationspsychologie* (p.157-195). Berne, Suisse: Huber.
- Selye, H. (1946). The general adaptation syndrome and the diseases of adaptation. *Journal of Clinical Endocrinology*, 2(6), 117-230.
- Smith, M. B. et Hobbs, N. (1966). The community and the community health center. *American Psychologist*, 21, 499-509.
- Social Issues Research Centre. (1998). *Social and cultural aspects of drinking: A report to the European Commission*. Récupéré de http://www.sirc.org/publik/social_drinking.pdf.
- Steinberg, L. (2007). Risk taking in adolescence: New perspectives from brain and behavioral science. *Current Directions in Psychological Science*, 16(2), 55-59. doi: 10.1111/j.1467-8721.2007.00475.x
- Strahm, R. H. (2010). *Warum wir so reich sind: Wirtschaftsbuch Schweiz*. Berne, Suisse: HEP.
- Strenna, L., Chahraoui, K. et Vinay A. (2009). Santé psychique chez les étudiants de première année d'école supérieure de commerce: liens avec le stress de l'orientation professionnelle, l'estime de soi et le coping. *L'orientation scolaire et professionnelle*, 38(2), 183-204.
- Taveira, M., Silva, M. C., Rodriguez, M. L. et Maia, J. (1998). Individual characteristics and career exploration in adolescence. *British Journal of Guidance & Counselling*, 26(1), 89-194.
- Teigen, K. H. (1994). Yerkes-Dodson: A law for all Seasons. *Theory and Psychology*, 4, 525-547.
- Tobin S. J., Loxton, N. J. et Neighbors, C. (2014). Coping with causal uncertainty through alcohol use. *Addictive Behaviors*, 39, 580-585.

- Tousignant, M. (1988). Soutien social et santé mentale: une revue de la littérature. *Sciences sociales et santé*, 6(1), 77-106.
- Tyler, L. E. (1961). Research explorations in the realm of choice. *Journal of Counseling Psychology*, 8(3), 195-201.
- Vasey, C. (2013). *Des chiffres précis sur l'évolution du burn-out en Suisse*. Récupéré le 07.04.2015 du site de l'Hebdo: <http://www.hebdo.ch/les-blogs/vasey-catherine-noburnout/des-chiffres-pr%C3%A9cis-sur-l%E2%80%99%C3%A9volution-du-burn-out-en-suisse>.
- Vignoli, E. et Mallet, P. (2012). Les peurs des adolescents concernant leur avenir scolaire et professionnel: structure et variations selon le niveau scolaire, le sexe et la classe sociale. *Les cahiers internationaux de psychologie sociale*, 94(2), 249-282.
- Weary, G., Tobin, S. J. et Edwards, J. A. (Sous presse). The causal uncertainty model revisited. Dans: R. M. Arkin, K. C. Oleson et P. J. Carroll (dir.), *The Uncertain Self: A handbook of perspectives from social and personality psychology*. Mahwah, NJ: Lawrence Erlbaum Associates.
- Weiner, B. (1979). A theory of motivation for some classroom experiences. *Journal of Educational Psychology*, 71(1), 3-25.
- Weiner, B. (1980). May I borrow your class notes? An attributional analysis of judgments of help giving in an achievement-related context. *Journal of Educational Psychology*, 72(5), 676-681.
- Weiner, B. (1985). An attributional theory of achievement motivation and emotion. *Psychological Review*, 92(4), 548-573.
- Wills, T. A. (1994). Self-esteem and perceived control in adolescent substance use: Comparative tests in concurrent and prospective analyses. *Psychology of Addictive Behaviors*, 8(4), 223-234.
- Wilson, C et Otto, S. (1995). *La Femme moderne et l'alcool* (éd. 2). Bruxelles, Belgique: Pierre Mardaga.
- Wolter, S. C. (2014). *L'éducation en Suisse: rapport 2014, conférence de presse du 11.2.2014*. Récupéré du site du secrétariat d'Etat à la formation, à la recherche et à l'innovation SEFRI: <http://www.sbf.admin.ch/themen/01366/01383/01385/index.html?lang=fr>

Chapitre 7: Annexes

7.1 Annexe 1

Questionnaire utilisé: «Le choix et l'avenir professionnels comme source de stress pouvant conduire à une consommation d'alcool problématique».